

Acc. No. 10476

# విజ్ఞాన తరంగిణి

ఉత్తమ ఆధ్యాత్మిక సాధనలు  
( ప్రథమ సంపుటము )

2689/ROP

VDL/ROP

సమర్పణ :

భాగవతి రామమోహనరావు



ప్రకాశకులు :

జ్ఞాన వికాస్ పబ్లికేషన్స్

210-3RT, విజయనగర్ కాలనీ, హైదరాబాదు.

1990

ప్రథమ ముద్రణ : 1990 శుక్ల

ప్రతులు : 1000

మూల్యము : 15/-

896-8136  
RAN

ప్రతులకు :

జ్ఞానవికాస్ పబ్లి కేషన్సు

210-8RT, విజయనగర్ కాలనీ,

హైదరాబాదు- 500 457.

ఫోను : 87628

ముద్రణ :

శ్రీ లక్ష్మీవేంకటేశ్వర పబ్లికేషన్స్

హిమాయత్ నగర్, హైదరాబాదు - 500 029.

ఈ గ్రంథములో వెలువడిన వ్యాసాలు కొన్ని  
ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక మాస పత్రికలలో ఇదివరలో  
ప్రచురించబడినాయి. ఆ పత్రికల సంపాదకులకు  
హృదయపూర్వక ధన్యవాదములు.

# విషయసూచిక

తొలిపలుకు

ప్రార్థన

1. ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానం	....
2. సాధన	....
3. జపం	....
4. భక్తి	....
5. ధ్యానం	....
6. అభ్యాసయోగం	....
7. స్వస్వరూపాను సందానం	....
8. మౌనం	....
9. ఆనాత్మ నిషేధయోగం (నేతి నేతి సూత్ర సాధన)	....
10. ప్రార్థన	....
11. జ్ఞానం	....
12. ఆత్మ విచారణ (అపరోక్ష జ్ఞానం)	....
13. సోపాన భావ సాధన	....
14. అహంకార రాహిత్యం	....
15. జీవన్ముక్తి	....
16. అద్వైతానుష్ఠానము	....
17. అద్వైత మకరందము	....
18. చైతన్య మహావైభవము	....
19. జ్ఞానా భ్యాసం	....
20. సన్యాసం	....



# తొలి పలుకు



ఉత్తమ ఆధ్యాత్మిక సాధనలుగా రచించిన వ్యాసాలలో కొన్ని ఈ గ్రంథంలో ప్రథమ సంపుటంగా ప్రచురించడం జరిగింది. ఈ వ్యాసాలు విశిష్ట వేదాంత శాస్త్రాలలోని ఆధ్యాత్మిక అంశాల ఆధారంగా అందరికీ అర్థమయేలా రచింపబడినాయి. వీటిలో చాలాభాగం ఇదివరలో ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక మూస పత్రికలలో ప్రచురింపబడినాయి. వాటిని మునుపటిపులి హితార్థం ఇప్పుడు పుస్తక రూపంలో ప్రచురిస్తున్నాము.

ఆధ్యాత్మిక సాధనానుష్ఠానములు గల వ్యాసాలేగాక, వేదాంతశాస్త్ర సమ్మతమైన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాన్ని కలుగజేసి, సాధకుల అపోహలను, సంశయాలను పోగొట్టే కొన్ని వ్యాసాలు కూడా ఇందులో చేర్చబడినాయి. వేదాంత శాస్త్రాధారమై, ఆత్మ జిజ్ఞాసుల అనుభవాలతో కూడిన ఈ వ్యాసాలు ఉత్తమ ఆధ్యాత్మిక సాధకులకు పెన్నిధిలా ఉండగలవని ఆశిస్తున్నాము.

# ప్రార్థన

నేను కుద్దుండను. కాళ్ళకుండను. ఎల్లప్పుడూ  
అంతటా ఉండేది నేనే. ఈ సర్వదేహములందూ ఉంటూ  
బాసిస్తూన్న ఆత్మ స్వరూపుడను. జాగ్రత్తులో గోచరించే  
శరీర ప్రపంచాదులూ, స్వప్నంలో తోచే దృశ్య జాతాలు-  
అవన్నీ నాలోంచి వెలువడుతున్న మిథ్యా స్వరూపాలు  
మాత్రమే. అవేవీ స్వయంగా ఉనికి లేవివి. ఉన్నది  
నేనొక్కడినే - ఆ మిథ్యా సృష్టి పరంపర కంతటికీ సాక్షివి.  
దృశ్యాతీతమైన కేవల దృక్స్వరూపుడను. అద్వితీయ పర  
మాత్మ స్వరూపుడను. నామరూపములు లేవి చిదా  
నందుడను. ఈ అపరోక్ష జ్ఞానమే నా సహజ స్వరూపము.  
ఈ జ్ఞానములో స్థిరత్వాన్ని పొందటమే నా జీవిత పరమా  
వధి. సర్వ మానసిక వికారములను విడిచి నాశుద్ధ  
సద్రూపస్థితిలో నిశ్చలత్వం పొందడానికి యత్నిస్తున్నాను.  
సర్వోత్కృష్టమైన నా ప్రయత్నము ఫలించుగాక. నా  
యదార్థ నిర్వికల్ప సచ్చిదానంద స్థితిలో నేను స్థిరపడు  
గాక. నాకు నమస్కారము.

## ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానం

సాధకుని స్వకీయ పురుష ప్రయత్నమే ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానం. బుద్ధి కొంచెం వికసించి, తన ఆజ్ఞానాన్నీ, మూఢత్వాన్నీ గుర్తించుకున్నాడు, సక్రమమైన ఆధ్యాత్మిక సాధనని చేపట్టి, తన సత్య స్వరూపమైన ఆత్మ సాంగత్యానికి ఆరాటపడుతూ ఉద్యుక్తుడౌతాడు. వివేక వైరాగ్యాలతో కూడిన ఇలాటి ఆభిలాషను “కుభేచ్ఛ” అని వేదాంత శాస్త్రాలు వివరించాయి. ఇది సప్తజ్ఞాన భూమికలలో మొదటిది. దీనినే ముముక్షత్వం అంటారు. ముముక్షువంటే - ధర్మార్థకామమోక్షాలనే పురుషార్థాలలో-మోక్షాన్నే కోరేవాడు. అన్యమొల్లని మోక్షనక్తితో, ఇతరలోకిక విషయాల మీద ఎలాంటి ఆపేక్షలేక, కేవలం భగవత్తత్వం మీదే పరిపూర్ణమైన శ్రద్ధ, ఆసక్తికలవాడు. ఇలాంటి ముముక్షత్వం కలిగి-తేహాత్మ బుద్ధిచే ఆజ్ఞానంతో మూఢుడై వున్న - తనను తాను ఉద్ధరించుటనే ప్రయత్నమే పురుష ప్రయత్నం.

ప్రపంచంలో అందరూ తాము కోరుకునే ప్రయోజనాలను, వదార్థాలను పురుష ప్రయత్నంవల్ల పొందగలుగుతారు. శాస్త్రోక్తమైన, సక్రమమైన సాధనను చేపట్టి, బ్రహ్మను భవజ్ఞులగు మహాత్ముల ఉపదేశాలను అనుసరిస్తూ ఆధ్యాత్మికోన్నతికోసం చేసే హృదయపూర్వకమైన చేష్టయే ఉత్తమ పురుష ప్రయత్నం. నిర్విరామ పురుష ప్రయత్నంవల్ల సాధింప జాలనిదేదీ లేదని వేదాంతశాస్త్రాలు వ్యక్త పడుస్తున్నాయి. అలాంటి సక్రమ పురుష ప్రయత్నంవల్ల బ్రహ్మ - విష్ణు - మహేశ్వర పదవులు కూడా లభ్యం కాగలవని శాస్త్రాల్లో చమత్కారంగా చెప్పబడింది.

సత్సర ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి సాధించడానికి సరియైన, సక్రమ

మైన పురుష ప్రయత్నం చేయాలి. అలాంటి పురుష ప్రయత్నాన్ని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మధ్యంతరంగా విరమించకూడదు. వట్టుదలతో విరంతరాయంగా అది కొనసాగిస్తే తప్పక లక్ష్యసిద్ధి కలుగుతుంది: ఆత్మానుభవం సంప్రాప్తిస్తుంది. మానవజన్మ ఫలప్రదమవుతుంది. ఇలాంటి పురుష ప్రయత్న కార్యక్రమం మూడుఅంశాలతో కూడి ఉంటుంది. మొదటిది సచ్చాత్మ పఠనం; రెండవది సత్సంగత్వం; మూడవది సదాచార అనుష్ఠానం. ఈ మూడు అంశాలతో కూడిన పురుష ప్రయత్నం ఉత్తమ ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానమవుతుంది.

ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానాన్ని వేదాంత శాస్త్రాలు మూడు సాధనా - క్రమాలలో వివరించాయి - 1. ఉత్తమ సాధన, 2. మధ్యమసాధన, 3. అధమ సాధన. జ్ఞానయుక్త సాధన ఉత్తమం. జ్ఞానం తెలుసు కుని సాధన చేయకుండా ఉండటం మధ్యమం. అనలు జ్ఞానం ఎంతమాత్రం లేకుండా సాధన చేయటం అధమం. ప్రకృతంలో జ్ఞానం అంటే వేదాంతశాస్త్ర జ్ఞానమే. ఆత్మానుభవం పొందిన బ్రహ్మజ్ఞులు - ఋషులు - మహాత్ములు తదించిన ఉత్తమ వేదాంత గ్రంథాలను అధ్యయనం చేయటం, వా న్తవమైన తగవ త్తత్వాన్ని అవగాహన చేసు కోవటం, యదార్థ సాధనా విధానాన్ని అర్థం చేసుకుని, శాస్త్రాధారంగా నక్రమంగా సాధనా-భ్యాసం చేయటం ఉత్తమ అనుష్ఠానం. విశిష్ట వేదాంతశాస్త్ర పఠనం, మననంవల్ల సారగ్రహణం కలిగి, సాధనా విధానాన్ని గ్రహించి కూడా సాధనకుపక్రమించకుండటం మధ్యమ అనుష్ఠానం. వేదాంతశాస్త్ర జ్ఞానం ఏమాత్రం లేకుండా, ఆత్మతత్త్వం ఎంత మాత్రం తెలుసుకోకుండా, అవివేకంతో, మూఢనమ్మకాలతో అనేకానేక బాహ్యక్రియా కలాపాలు చేయటం అధమ అనుష్ఠానం

విద్యాబుద్ధులు కలిగిన సంస్కారవరులంతా ఉత్తమ అనుష్ఠానాన్ని ఆచరిస్తే ఆధ్యాత్మిక వికాసాన్ని తప్పక పొందగలరని శాస్త్రాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి. అలాంటి వారంతా, ఏ కులస్థులైనా - ఏ మతస్థులైనా, తత్త్వ

జ్ఞాన సాధనకు అర్హులే; అధికారులే. పరమేశ్వరుడు ఎవరి సొత్తు కాదు. నామరూప రహితమైన ఆ చైతన్య స్వరూప బ్రహ్మం అందరి హృదయాలలో అంతటా విండి ఉండే విర్విషయ విత్యానందము. అన్ని ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానాల అంతిమ లక్ష్యం ఈ యదార్థ సత్యాన్ని అనుభూతి పొందటమే.

అంతిమలక్ష్యమైన ఆత్మానుభూతి, జ్ఞానంవల్ల తప్ప ఏ ఇతర కార్యకలాపాలవల్ల పొందబడేది కాదని వేదాంత శాస్త్రాని విశదపరుస్తున్నాయి. ఆత్మజ్ఞాన సూర్యుడు ఉదయించినంత మాత్రాన నానాత్వ భేదాలతో గోచరించే శరీర ప్రపంచాదుల త్రాంతులన్నీ వటాపంచలై సాధకుని అంతర్యంలోంచి అమృతతుల్యమైన అద్వైతానుభవం ఉద్భవించి తన సహజ స్వరూపంగా అవగహన అవుతుంది. అంతటా ఎల్లప్పుడూ ఉంటాన్న ఏకైక సత్యాత్మ స్వరూపమంతా తానే అయి భాసిస్తాడు. ఆత్మాను సంధానపరమైన మహదానందం సంప్రాప్తిస్తుంది. ఘక్తి అన్నా, మోక్షమన్నా ఈ సహజానంద వ్యూహపద్ధితిని పొందటమే.

జ్ఞానమనేది తేనెలం వేదాంత శాస్త్రార్థయనం వల్ల, ఆధ్యాత్మిక చర్చలవల్ల, ప్రబోధాలవల్ల సాధ్యపడేది మాత్రం కాదని ముందుగా గ్రహించుకోవాలి. అవన్నీ వట్టి మానసిక వేదాంత విషయ విన్యాసాలు. కాలక్షేపార్థం ఆజ్ఞానులు అలాంటి కార్యకలాపాలు కొనసాగిస్తూ ఉంటారు. వీటినే కుష్కవేదాంతం అంటారు. ఆధ్యాత్మిక సంస్థలుగా నడపబడుతుండే దేవాలయాలు - మఠాలు మొదలైన వాటిలో ఇలాంటి కార్యకలాపాలు సాధారణంగా సాగుతూ ఉండాయి. వీటివల్ల ఎంత కాలానికి యదార్థమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం కలగదు. ఎంతకాలం ఇలా వేదాంత విషయాలను నెమరువేస్తూ కాలక్షేపం చేయటం? - అని ఎవరూ తీవ్రంగా అలోచించరు. శ్రవణ మననాల వ్రధమ సోపానం పైననే చతికిలబడితే పుణ్యకాలం ఆగుతుందా? కాల ప్రవాహంలో ఇట్టే జీవితమంతా ఆజ్ఞానం

తోనే గడచిపోతుంది. రోజులు - నెలలు - సంవత్సరాలు కళ్ళముందు త్వర-త్వరగా దొడ్లిపోతూ అంత్యదశ వచ్చేస్తుంది. అహంకారంతో, అజ్ఞానాంధకారంతో, యధాప్రకారంగా ఎలాంటి ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి, పరివర్తన (Transformation) పొడసూపక జీవితం అస్తమిస్తుంది.

కరోవనిషత్తులో యమధర్మరాజు నచితేతునికి ఈ విషయాన్ని ఏ విధంగా విశదపరిచాడో గమనార్హం :

నాయమాత్మా ప్రవచనేన లభ్యో  
 న మేధయా న బహునా నృతేన  
 య మేనైష వృణుతే తేన లభ్య  
 స్తస్యైష ఆత్మా వివృణుతే తనూగం స్వామ్ (2-23)

అంటే, సర్వవ్యాపకుడైన ఆ పరమాత్మ ఆధ్యాత్మిక ప్రవచనాల వల్ల లభ్యుడు కాడు. వేదాంత శాస్త్రాలలోని విషయాలను మనస్సు తెక్కించుకొని, వాటిని వదేపదే స్మరిస్తూ - శ్రవణం చెయ్యటం వల్ల కాని, వాటిని గురించి తమక్కారంగా ఉపన్యసించటంవల్ల కాని, పరమేశ్వరుడు ప్రాప్తించడు. ఏమనుష్యుడు పరమేశ్వరుని మాత్రమే వరిస్తూ అన్యమొల్లని తక్కితో ఆ పరమాత్మనే ద్యానాది ఉత్తమ అనుష్ఠానాలతో నిరంతరం ఉపాసిస్తూ ఉంటాడో, వానికే ఆ పరమాత్మ తన నిజన్వరూపంగా ప్రకటితమౌతుంది.

సత్వర ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికోసం, ఏది విన్నారో - ఏది పఠనం చేశారో, ఏది గ్రహించారో, ప్రతిదినమూ దానిని ఆచరణలో పెట్టే అనుష్ఠానం అత్యంత అవసరం. అలా అనుష్ఠానం చేయటమే మానవ జీవితానికి సార్థక ప్రయోజనం.

# సాధన

ఆధ్యాత్మిక సాధనని గురించి పలువురు పలువిధాలైన అపోహలు పడుతుంటారు. కనుక, దీనిని గురించిన యదార్థం, నిర్ధారణ చేసుకోవలసిన అవసరం ఉంది.

వేదాంత గ్రంథాలని పఠనం చెయ్యడం, ఉపన్యాసాలని, పురాణాలని వినడం, పుణ్యస్థలాలని సందర్శించడం - ఇలాంటి కార్యక్రమాలన్నీ ఆధ్యాత్మిక సాధనలేనని అపోహపడుతుంటారు కొందరు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలు, ఆధ్యాత్మిక విషయాన్ని అవగాహన చేసుకోడానికి, సాధన చేసే క్రమాన్నీ, విధానాన్నీ, తెలుసుకోడానికి తోడ్పడతాయేకాని, అవి ఎంతమాత్రం ఆధ్యాత్మిక సాధన ఆపవు. వాటి ప్రయోజనం ఆధ్యాత్మిక సాధనగా అనుకోవడం సరియైన భావంకాదు. ఇంతేకాదు. యమనియమాలు పాటించడం, దానధర్మాలు, వ్రతాలు, యజ్ఞాలు ఇత్యాది సత్కర్మలు చెయ్యడం, సన్మార్గంలో జీవించడం- ఇవన్నీ చిత్తశుద్ధిని పెంపొందిస్తూ, ఆధ్యాత్మిక సాధనకు దోహదం చేసే కార్యక్రమాలు. కాని, కేవలం వీటిని మాత్రమే పాటిస్తూ, జీవితమంతా గడిపివేస్తే, ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం ఏముంటుంది? ఈ విషయాన్ని శంకర భగవత్పాదులు, విశేష చూడామణిలో ఎంతో స్పష్టంగా ఇలా చెబుతారు:

చిత్తశ్శ శుద్ధయే కర్మ నతు వస్తుప లబ్ధయే ।

వస్తుసిద్ధి ర్విచారేణ నకించి త్కర్మ కోటిభిః ॥ (వి.చూ. 11)

అంటే, అన్ని సత్కర్మలు (యజ్ఞ, దాన, తప, వ్రతాదికర్మలు). చిత్త శుద్ధిని కలిగించునేకాని, ఆత్మజ్ఞానాన్ని కలిగించి బ్రహ్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందజెయ్యవు. పరమార్థ జ్ఞానసిద్ధి, ఆత్మతత్వ విచారణ చేతనే పొందబడుతుంది కాని, ఎన్నికోట్ల సత్కర్మలు చేసినా సిద్ధించదు.

అత్యాచుధాతిని సాధించడానికి వినేక వైరాగ్యాలతో, కాయక, వాచక, మానసిక సర్వకామ్య కర్మలను త్యజించి, తీవ్రతరమైన ఆత్మ విచార సాధన (స్వస్వరూపాను సంధానం) చెయ్యవలసి ఉంటుందని పై శ్లోకంయొక్క అంతర్ధాతం. ఇలాంటి ఉత్తమ పురుషప్రయత్నమే ఆధ్యాత్మిక సాధన అవుతుంది. చిత్త ఏకాగ్రత, మనోవిలకడ కలగా లంటే, ప్రాణాయామంతో సాధన ప్రారంభించి, ధ్యానము, ధారణ చెయ్యాలని, త్వరత్వరగా తీవ్రతరమైన జపం చేస్తూ, సమాధి విధానాన్ని తెలుసుకోవాలని, శంకర భగవత్పాదులు, వారి “మోహముద్గరః”, (భజగోవింద స్తోత్రం)లోని ఈ క్రింది శ్లోకంలో ఎలా హెచ్చరించారో గమనార్హం :-

ప్రాణాయామం ప్రత్యాహారం నిత్యానిత్య వివేకవిహారం ।

జాప్యసమేత సమాధి విధానం కుర్వవధానం మహదవధానం ॥

(మో. ము. - 30)

సాధన అనేది కేవలం ఎక్కడనుండి ప్రారంభం అవుతుందో, ఈ శ్లోకం చూస్తే తెలుస్తుంది. ప్రాణాయామం సక్రమంగా, విధానంగా ఆచరిస్తే, మనో నిగ్రహానికి, చిత్త ఏకాగ్రతకీ సహకరిస్తుంది. అందు చేతనే ఆధ్యాత్మిక సాధనలో ప్రప్రథమంగా ప్రాణాయామం చెప్పబడింది. అయితే, జపం తీవ్రతరంగా చేసేటప్పుడుగాని, ధన్యంలో విమగ్నత కలిగినప్పుడు గాని, ప్రాణాయామం, సాధకునికి తెలియకుండా, దానంతట అదే జరుగుతూంటుంది. దానిని ప్రత్యేకంగా అనుష్ఠానం చెయ్యడం అవసరమండదు. ప్రాణాయామం తరువాత, ప్రత్యాహారం చెప్పబడింది. మనస్సుని ఇంద్రియ వ్యాపారాల్లోంచి ఉపసంహరించడాన్ని ప్రత్యాహారం అంటారు. మనస్సెప్పుడూ ఇంద్రియాలతో సంయోగం పొంది, బహిర్ముఖమై విషయాలవెంట పరుగిడుతూంటుంది. ఈ మనోవ్యాపారాన్ని అరికట్టి, మనస్సుకి ఇంద్రియదాన్యం నుంచి విముక్తి కలిగించడమే ప్రత్యాహార సాధన. ప్రత్యాహారాన్ని సాధనచేసి ఉత్తీర్ణుడైన



సాధక మహాశయుడు, ఎంతో ఆధ్యాత్మిక బౌద్ధత్యం పొందినవాడౌ  
తాడు. దీర్ఘి సాధించాలంటే, ముందు నిత్యానిత్య వస్తు వివేకం.  
వైరాగ్యం - ఈ రెంటినీ అనుష్ఠానం చెయ్యాలి. అప్పుడే సవికల్ప,  
నిర్వికల్ప సమాధి స్థితులను నత్వరంగా సాధించడానికి సాధ్యమౌతుంది.

శంకర భగత్పాదులు వివేక చూడామణిలో నిత్యానిత్య వస్తు వివే  
కాన్నీ. వైరాగ్యాన్నీ ఈ విధంగా వివరించారు :-

బ్రహ్మసత్యం జగన్మిత్యే త్యేవం రూపో వినిశ్చయః

సోయం నిత్యానిత్య వస్తువివేకః సముదాహృతః ॥

(వి. చూ. 20)

అంటే, గోచరించే శరీర ప్రపంచాదులన్నీ స్వప్నంలాంటి మిథ్యారూప  
మని, సర్వగోచరాలకి అధిష్టానమైన నిర్విశేష నర్వేశ్వరుడైన బ్రహ్మము  
మాత్రమే సత్యమని, ద్రుథ నిశ్చయమైన నమ్మకమే నిత్యానిత్య వస్తు  
వివేకము.

తద్వైరాగ్యం జిహాసాయా దర్శన శ్రవణాదిభిః

దేహాది బ్రహ్మపర్యంతే హ్యనిత్యే భోగ్యవస్తుని ॥

(వి. చూ. 21)

అంటే, తన శరీరం మొదలు బ్రహ్మపర్యంతము గోచరించే సర్వ అనిత్య  
భోగ పదార్థముల యొక్క దర్శన, శ్రవణాది భోగములయందు ఇచ్చ  
లేని విముఖత కలిగియుండుటయే వైరాగ్యము.

ఇలా వివేక వైరాగ్యాలని పెంపొందించుకుని, గోచరించే  
జగత్తంతా మిథ్యాస్వరూపమని దృఢమైన నమ్మకం కుదిరిన మహానీ  
యుడు, ఈ మిథ్యా ప్రపంచంలోని లౌకిక కార్యకలాపాల్లో తలదూర్చు  
డానికి ఎంతమాత్రం ఇష్టపడడు. ఆ కార్యక్రమాలన్నీ అర్థరహితమైన  
వని అవగాహన చేసుకున్నాడు గదా! మిథ్యాస్వరూపాలైన ప్రాపంచిక

విషయాల జోలికి బోనివాడే ప్రపంచం యొక్క మిథ్యత్వాన్ని నమ్మిన వాడౌతాడు. వాటిని గురించి ఏ మాత్రం అలోచించినా, ప్రపంచం యొక్క మిథ్యత్వాన్ని నమ్మించలేని వాడౌతాడు. మిథ్యా స్వరూప మంటే యదార్థంగా లేనటువంటిదాన్ని ఉన్నట్లు అపోహపడడం. ఈ అపోహనే మిథ్యా జ్ఞానమని కూడా అంటారు. మిథ్యాజ్ఞానమంతా మనో సృష్టి. మనస్సంటే సంకల్పవికల్పాలు. వీటివల్లే దృశ్యమానమైన మిథ్యాప్రాపంచిక ప్రవృత్తి కలిగడం. ఈ అసత్యపు ప్రవృత్తిని నిరోధిస్తేనే, శుద్ధచైతన్యం ప్రకాశితమౌతుంది. నిత్యానందంగా దానంతట అదే, మన విజస్వరూపంగా భాసిస్తుంది. అది అవధులులేని అనంతమై, ఎల్లప్పుడూ ఉన్నదే. నిత్యనత్యాత్మ చైతన్య స్వరూపం.

ఈ యదార్థ గ్రాహ్యమే అసలైన ఆధ్యాత్మికం. ఈ గ్రాహ్యమే ఎరుక (Self-Consciousness) అనబడుతుంది. ఇది అన్ని విషయాలకీ, విచారాలకీ స్వస్తి చెబుతుంది. ప్రాపంచిక మిథ్యాజ్ఞానం నుంచి, అంటే, తెలియబడే వాటన్నిటినుంచీ, విముక్తి కలిగినప్పుడే, ఈ పరమార్థస్థితి సంప్రాప్తిస్తుంది. ఇదే మన సర్వవేదాంత సిద్ధాంతసారం.

తత్వమేవ భాంతమను భాతీసర్వం

తస్యభాసా సర్వమిదం విభాతి ॥

(ముందకో పనివత్తు)

తా॥ ఆత్మలేజస్సు భాసించుట వల్లనే సర్వమూ ప్రకాశిస్తున్నది. యావద్విశ్వమూ ఆత్మప్రకాశము మూలముననే భాసించుచున్నది.

పాలెల్లో అంతటా కలిసి ఉంటుంది వెన్న. కంటికి మాత్రం కనిపించదు. అలాగే ఈ చరాచర వ్రవంచం అంతటా సర్వవ్యాపకుడై ఉన్న భగవంతుడు ఎవరికీ గోచరించదు. అగోచరుడైన ఆ భగవంతుని సాక్షాత్కరించుకోవడానికి ఎంతో తహతహలాడిపోతూ ఉంటారు. అక్కడక్కడ అరుదుగా కొందరు సాధకులు. అనిత్యమైన సర్వస్వాన్ని పరిత్యజించడానికి వారు వెనుకాడరు. ఈ జన్మ అంతమయే లోపుననే, నక్రమమైన సాధనాభ్యాసము చేసి, సత్యము, శాశ్వతము, ఆనందమయము అయిన ఆ పరతత్వాన్ని పొందాలనే ఆఖండమైన ఆవేదన కలిగి ఉంటారు. శీఘ్రంగా సాధన ఫలవంతమై, లక్ష్మసిద్ధి కలగాలంటే ఇలాంటి గాఢమైన ముక్తవాంఛ ఉండాలి. దీనినే తీవ్ర ముముక్షత్వం అంటారు. ఇలాంటి ముముక్షువుల ఆవేదన ఎలా ఉంటుందో ఆదిశంకరులు “సర్వవేదాంత సిద్ధాంత సార సంగ్రహం”లో ఎంతో చమత్కారమైన ఉపమానంతో చెబుతారు :

“నిష్టప్ర మగ్నినా పాత్ర ముద్యాన్య త్వరయా యథా  
జహతి గేహం తద్వచ్చ తీవ్రమోక్షేచ్ఛయా ద్విజః  
సపర సద్య స్తరంతిం గుర్వనుగ్రహేత్ ॥

అనగా, ఇంటికి నిప్పుంటుకుని కాలిపోతూ ఉంటే చూసి, భార్య పేత్రులతోనూ అన్నింటినీ విడిచి తన ప్రాణం కాపాడుకోవడానికి మనిషి ఎటువంటి ఆందోళనతో ఎలా బయటికి పరుగెడతాడో, అటువంటి ఆత్మర కలిగి సర్వస్వాన్ని పరిత్యజించి, గురుకృపా కటాక్షంతో బంధ విముక్తుడయే వాడే తీవ్రపర ముముక్షువు.

ఇలాంటి తీవ్రతర ముముక్షత్వం గల అదృష్టవంతులు ఎంతో అరుదుగా ఉంటారు. ఇక, కొందరు సంసారం దుఃఖశుభమునీ, జీవితం అనిత్యమనీ, భగవత్ సాక్షాత్కారం వల్లనే శాశ్వతసుఖం లభిస్తుందని వివేకం కలిగినా, దాదాపుత్రాడులను విడువలేక, సంసారంలోనే ఉంటూ సాధన సాగించవచ్చునా, లేక సాధన ఎలా చేస్తే బాగుంటుంది అని ఆలోచిస్తూ అటూ ఇటూ తేల్చుకోలేని సందిగ్ధంలో దినాలు గడుపుతూ ఉంటాడు. ఇలాంటి దైవ జిజ్ఞాసను మధ్యమ ముముక్షత్వం అంటారు. మరికొందరు భగవంతునికోసం ఇప్పటినుంచీ తాపత్రయ పడటం అనవసరం అని, అనుభవిస్తున్న ప్రాపంచిక సుఖాలు, సంసార బాధ్యతలు ముగిసిన పిమ్మట, మోక్షానికి ప్రయత్నించవచ్చునని అనుకుంటూ కాలక్షేపం చేస్తుంటారు. ఇటువంటి వారిది మందముముక్షత్వం అనబడుతుంది. ఇక మిగతా వారు విషయ సుఖాలు అదృష్టంవల్ల సంప్రాప్తిం చేయబడి అనుకొనుచూ, వాటిని మోహంధకారంతో అనుభవిస్తూ, ఏ ప్రయత్నం లేకుండానే మోక్షం దానంతట అదే రావాలని ఆశిస్తుంటారు. ఇలాంటి మూఢుల బావాన్ని అతి మంద ముముక్షత్వం అంటారు. ఈ రకంగా ఈ నాలుగు రకాల ముముక్షత్వాలు ఆదికంఠరుల “సర్వవేదాంత సిద్ధాంత సార సంగ్రహం”లో వివరించబడినాయి.

అన్ని రకాల ముముక్షువుల కోసం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలు వివిధ సాధనా మార్గాలను సూచించాయి. తోకోభిన్న రుచి: అన్న సూత్రాన్ని నుసరించి ఎవరికి ఏ సాధన అనుకూలమై దానిని అచరిస్తూ సాధనాభ్యాసం చేసుకొనవచ్చునని వాటి ఆదేశం. ఆధ్యాత్మిక సాధనలలో, భగవంతుని నామజపం సులభమైనదని, సామాన్యులు అచరించుటకు అనుకూలమైనదని చెప్పవలసరం లేదు. అయితే, ఎన్ని సంవత్సరాలు జపం చేసినా ఏ మాత్రం ప్రయోజనం ఉండక అనేకమంది సాధకులు విసిగి విస్పృహ చెందుతూంటారు. దీనికి కారణం, జపం సక్రమంగా

చిత్తకుద్ధితో, ఎలా చేస్తే ఫలితం లభిస్తుందో అలా చేయకపోవటమేనని అనుకోవాలి.

మనస్సుని ఒదుల్చుకుని, హృదయ స్థానం చేరుకుంటేనే భగవంతుని పరిసరాలకు ప్రవేశించడమవుతుంది. హృదయ స్థానమంటే ఆత్మ స్థానం. హృదయమే ఆత్మ. అయితే రక్త ప్రసారంచేసే శారీరక మూస పిండమైన దేహావయవం హృదయమని భావించటం పొరపాటు. అది వట్టి జడపదార్థం. భగవంతుడనబడే ఆత్మన్వరూపుడు హృదయ స్థానంతో దాగి ఉంటూ హృదయేశ్వరుడుగా ఆరాధింపబడుచున్నాడు. ఎప్పుడైతే మనస్సుని ఒదుల్చుకొని విశ్వలత్యం పొందుతారో, అప్పుడు హృదయంతో మరుగున ఉంటున్న హృదయేశ్వరుడు ఉదయించటం ప్రారంభిస్తాడు. మనస్సుని ఒదుల్చుకొనటం అంటే అన్ని ఆలోచనలను, తలంపులను, పోగొట్టుకుని ప్రశాంతతను పొందడం. భగవన్నామ జపం ఈ ప్రశాంతతను చేకూరుస్తుందనేది నిస్సందేహం. అయితే, జపం చేసే విధానం శ్రద్ధగా గమనించవలసి ఉంటుంది.

నామజపం యొక్క లక్ష్యం హృదయ కవాటం తెరువబడేలా చేసుకుని, లోనున్న హృదయేశ్వరుని ప్రకటితం చేసుకోవడం కనుక, జపం ఆ హృదయేశ్వరుని కోసం అన్య మొల్లని ఆవేదనతో చేసే సంకీర్తనమైతేనే, అది సత్వర ఫలితాన్నిస్తుంది. అందరి హృదయాల్లో ఉండే హృదయేశ్వరుడూ ఒక్కడే. నిత్య. సత్య. శుద్ధ చైతన్యమాత్రుడు. ఒక్కడే అయివుండి అనేక రూపాలతో ఆరాధింపబడే నామ రూపాలన్నీ ఆయనవే. ఎవరి అభిరుచిని బట్టి వారు తమకు ఆరాధ్యుడైన భగవంతుని నామమును జపిస్తుంటారు. ఏ నామంతో జపం చేసినా, అందరి హృదయాల్లో దాగి ఉండే, ఆ హృదయేశ్వరునికే చెందుతుంది.

జపం రెండు విధాలుగా చేస్తుంటారు. మొదటిది, పెదవులు కదులుస్తూ వాచ్యముగా చేసే జపం. దీన్ని ఉపాంసు జపం అంటారు.

రెండవది అంతరంగమందు, భగవన్నామముగాని, మంత్రాక్షరములు గాని, పునశ్చరణ చేయుచూ మానసికంగా చేసే జపము. దీనిని స్మరణ జపం, లేక చింతన జపం అంటారు. ఈ రెండింటిలో మొదటి దానికంటె రెండవదైన మానసిక జపం ఉత్తమమైనదై త్వరగా ఫలితాన్నిస్తుం దనేది సర్వ విదితము.

జపం ఏ విధంగా చేసినా భక్తి రసమైన హృదయావేదనతో చేస్తేనే ఫలితాన్ని పొందడం సంభవిస్తుంది. అలా కాక, యాంత్రికంగా పునశ్చరణ చేయడం వట్టి మానసిక వ్యాయామమై, ఎంతకాలం చేసినా అది విప్రస్ఫూర్ణమే అవుతుంది. ఈ కారణం చేతనే, అనేకమందికి జపం ఫలితాన్నివ్వక నిస్సృహ చెందుతుంటారు.

జపం చేస్తుంటే తరచుగా మనస్సు ఒక ప్రక్కనించి బహిర్ముఖమై, సాధకుని వీడి విషయాలను గురించిన ఆలోచనలు చేస్తూంటుంది. ఇది సాధకునికి కొంతనేపటివరకు తెలియనే తెలియదు. సాధకుడిది గమనించిన తోడనే, ఆ ఆలోచనలను విడిచి తిరిగి జపస్మరణతో ఏకమౌ తూంటుంది. ఇలాంటి మనో విన్యాసాలు ఏకాగ్రతకు విఘ్నం కలిగిస్తూ, సాధకులకు ఎంతో నిస్సృహ కలిగిస్తూ ఉంటాయి. అయినా నిరాశచెందక ఓర్పు కలిగి, పట్టుదలతో, మనస్సును గమనిస్తూ, ఏ చంచలత్వం కలుగ తుండా కాపాడుకుంటూ, జపమందే విలకడగా ఉండేలా శ్రద్ధకలిగి సాధన చేస్తూండాలి. శ్రద్ధ, వైరాగ్యం, వివేకం వీటిని పెంపొందిస్తూ జపం చేస్తుంటే, మనస్సునకు స్థూలత్వం నశించి సూక్ష్మలత్వం కలుగుతుంది. అన్నింటికంటె ముఖ్యమైనది శ్రద్ధ (Attention). మంత్రజపం చేస్తూ మంత్రం యొక్క అర్థాన్ని అవగాహన చేసుకుంటూ చేస్తే మంచి ఫలితం కలుగుతుంది.

అన్ని సాధనలకు అంతిమ లక్ష్యం ఆత్మానుభవమే. జపం జేయ్యగా జేయ్యగా చివరకు మనసును దాటి, హృదయేశ్వరుడైన ఆత్మ

సన్నిధికే సాధకజ్ఞీ తీసుకువెళ్ళి తాను అదృశ్యమౌతుంది. అప్పుడు సాధకుడే ఆత్మ స్వరూపుడై పరమానంద స్థితిని పొందుతాడు.

“జప్య మానస్య మంత్రస్య నాదః

కుత ఉదేతీతి విచారితే ఉదయ

స్థానం లీనం భవేన్ననః”

(రమణ మహర్షి)

అనగా నామ జపం అంతరంగికంగా చేస్తూ, ఆ నామానికి సంబంధించిన నాదం, లోపల ఎచటనుండి ఉద్భవించుచున్నదో యని పరిశీలించిన, మనస్సు అక్కడ లీనమౌతుంది.

సక్రమంగా నిరంతర సాధన సాగిస్తుంటే, మనస్సుకి విలకడ కలిగి, క్రమక్రమంగా, మనస్సు తన మానసిక స్వభావాన్ని కోల్పోయి ఆత్మాకారాన్ని పొందుతూ తాను నశిస్తుంది. ఇలా సక్రమమైన జప ర్యానం ద్వారా సత్ చిదానంద స్థితియైన ఆత్మానుభూతిని పొందవచ్చును.



పదవాక్య ప్రమాణజ్ఞేర్దిపభూతైః ప్రకాశతమ్

బ్రహ్మ వేదరహస్యం యై స్తాన్నిత్యం ప్రణతోస్మ్యహం॥

తా॥ వేదాంతశాస్త్ర వాక్య ప్రమాణములను పూర్తిగా తెలిసికొని-దీపము ఎట్లు వస్తువును ప్రకాశింప జేయునో ఆ ప్రకారము పెద రహస్యమైన పరబ్రహ్మ తత్వమును ప్రకాశింపజేసి శిష్యునికి గోచరింపజేయునట్టి సద్గురువునకు సర్వదా నమస్కారము చేయుచున్నాను.

## భక్తి

భగవత్తత్వాన్ని తెలుసుకోడానికి, ముముక్షువుల హితార్థం, మహా పురుషులు అనేక సాధనా మార్గాలను సూచించారు. అలా సూచించిన ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానాలన్నీ సాధకులకు, సాధన సాధ్యంగా, వేదాంత శాస్త్రాల్లో వివరించబడ్డాయి. అన్ని సాధనలలోకి భక్తి అంటే అనంద దాయకమైనదని, సులువుగా అభ్యాసం చెయ్యడానికి సాధ్యమయేదని అనేకమంది అనుకుంటూంటారు. వేదాంత శాస్త్ర రీత్యా అనలైన భక్తి యేదో తెలుసుకోవలసిన విషయం. భక్తిని గురించి యదార్థమైన సత్యాన్ని గ్రహించుకోవడం ఎంతైనా అవసరం. దానివల్ల భక్తులకు కలిగే అసోపాలన్నీ సమసిపోతాయి.

అన్ని భగవత్ సాధనలకీ, ముఖ్యంగా గమనించుకోవలసిన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాంగం ఒకటి ఉంది. అది ఎల్లప్పుడూ దృష్టిలో ఉంచు కోవలసిన యదార్థం. అదేదంటే, సాధించవలసిన భగవంతుడు సాధకు వికీ అన్యుడెవరో కాదని. భగవంతుడెవరో తమకు అన్యుడని భావిస్తూ, వానిని పూజించవలెననీ, వేదించవలెననీ, సాధించవలెననీ అనుకుంటారు. అది సరియైన ఆధ్యాత్మిక భావం ఎలో అవుతుంది? అదంతా ద్వైత భూయిష్టమై అహంకార పరమైన అవివేకమే అవుతుంది. పరమాత్మ తనకంటే వేరని భావించడం అనలైన ఆధ్యాత్మిక ధృక్పథం అవదు. ఇలాంటి భావాలు సర్వోత్కృష్టమైన మన వేదాంత సిద్ధాంతానికి అను గుణ్యమైనవి ఎలా అవుతాయి? భగవద్భక్తి అంటే స్వస్వరూపాను సందానమని మన వేదాంత శాస్త్రాల్లో విపులంగా వివరించబడింది. భక్తిని గురించి వివేక చూడామణిలో శంకర భగవత్పాదులచే ఏ విధంగా చెప్పబడిందో ఈ క్రింది గ్లోకం చూస్తే విదితమౌతుంది :-



మోక్షకారణ సామగ్ర్యం భక్తిరేవ గరియసి

స్వస్వరూపాను సంధానం భక్తిరిత్యభిరీయతే ॥ (వి. చూ. 32)

అంటే, ముక్తికోసం చేసే సాధనల్లో, భక్తి ఎంతో శ్రేష్టమైంది. భక్తి అంటే స్వస్వరూపాను సంధానం.

ఈ శ్లోకంలో వ్యక్తపరచిన పరమోత్కృష్టమైన ఆధ్యాత్మిక తత్వానికి అనుగుణంగా, స్వస్వరూపాన్ని (ఆత్మని) గురించి చేసే అను సంధానమే యదార్థమైన ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానం అవుతుంది. అదే అన రైన భక్తి. అంటే, దేహాత్మ భావాన్ని విస్మరిస్తూ, తన విజస్వరూ పంలో (ఆత్మాను సంధానపడదై) ఉండటమే యదార్థమైన భక్తి. జ్ఞాన మున్నా, యోగమున్నా ఇదే

“అహంబ్రహ్మస్మి”, “తత్వమసి”, “అయమాత్మా బ్రహ్మ” మొదలైన మహావాక్యాలు, మనమే భగవత్ స్వరూపులమై యున్నా మన్న మహత్తర తత్వాన్ని బోధిస్తున్నాయి. భగవంతుడు మనకన్య దేవరో కాదనీ, స్వయంగా మనం భగవత్ స్వరూపులమేననీ వాటి సారాంశం. కనుక భగవంతునికోసం అన్వేషించడం, తానను తాను అన్వే షించుకోవడమే అవుతుంది. ఏ భగవంతుని పొందాలని ఆక్రోశిస్తున్నారో ఆ భగవత్ స్వరూపం తమ యదార్థ స్వరూపమే అయివుంది. ఇంద్రియా లకు గోచరించే శరీర ప్రపంచాదులన్నీ అసత్యమైన, స్వప్న సమానమైన మిథ్యా స్వరూపాలనీ, యదార్థంగా ఉన్నదంతా బ్రహ్మస్వరూప మొక్క తేననీ సర్వోత్కృష్టమైన మన వేదాంత శాస్త్రాలు విశద పడస్తున్నాయి. ఈ పరమార్థైవత సత్యం పటిష్టమైన ఆధ్యాత్మిక పునాడులమీద ప్రతిష్ఠింప బడింది.

మహాభక్తుడైన కబీరుదాసు భగవంతుని గురించి వివరిస్తూ ఇలా అన్నాడు :-

కంటిలోన నున్న కనుపాప రీతిగా

దేవుడును మనడు దేహమందు

మూర్ఖుడెరుగలేక మూలతత్వమును  
బాహ్యజగతి వెదుక బయలుదేరు ||

పరమ సత్యమైన మన విజస్వరూపం, విషయరహితమై, విలక్షణంగా, ఎల్లప్పుడూ, అంతటా భగవంతుడనే పేరుతో వెలిగిపోతూనే వుంటున్నది. ఈ మహత్తరశక్తిని గ్రహించుకుని, తనకు సంక్రమించిన దేహాత్మ భావాన్ని వదులుకుని, తన విజస్వరూపంలో విశ్రమించడమే భక్తి. స్వస్వరూపాను సందానంవల్ల ఆత్మానుభూతిని పొందడానికి చేసే పురుషప్రయత్నమే అనలైన భక్తి అనబడుతుంది. భగవంతుడెవరో తనకు అన్యుడుగా ఉన్నాడని భావిస్తూ వానిని సేవించాలనుకునే, అవివేకునికి భగవంతుడిచ్చే సమాధానం ఇలా ఉంటుందని, భగవాన్ రమణ మహర్షి చమత్కారంగా చెబుతారు :

“నాకు వేరుగా నువ్వొకడవు వున్నావురా, నన్ను  
నేవిస్తూ న్నతత్తుడనని గొప్పలు బాటుకోడానికి ?”

అవివేకం వల్ల భగవంతుణ్ణి తమకి అన్యమైన వానివిగా భావిస్తూ మూఢనమ్మకాలతో బాహ్యంగా అనేక కార్యక్రమాలు భక్తిగా అచరింపబడుతుంటాయి. అలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతకాలం చేసినా సాధకునిలో ఎలాంటి ఆధ్యాత్మిక పరివర్తనా (Transformation) ఉండదు. వాటివల్ల చేకూరే ప్రయోజనం యదార్థమైన ఆధ్యాత్మికం అవదు.

భక్తి అంటే అన్యమొల్లని దైవచింత అని. దైవ చింతనకి మినహా ఇతర తలంపులన్నీ పోగొట్టుకోవాలని బోధలు చేస్తుంటారు. ఇలాంటి బోధల్ని సక్రమంగా, ఆధ్యాత్మిక పరంగా, ఆర్థం చేసుకోవాలి. దైవమంటే ఆత్మస్వరూపమే. మన విజస్వరూపం అదే. ఆత్మచింతన (స్వస్వరూపాను సందానం) ఒకచేతప్ప, ఇక ఏ తలంపులూ మనస్సులో తల ఎత్తకూడదని ఆ బోధల సారాంశమని గ్రహించుకోవాలి. నిరంతరం ఆ చింతనలోనే నిమగ్నత సాధించాలి. అలా నిమగ్నుడైన వాడు

ఆత్మాదీనుడౌతాడు. అత్మతో ఏకమై తన అహంకార భావాన్ని పోగొట్టు కుంటాడు. ఇలాంటి ఉన్నతమైన భక్తి, జ్ఞానోత్పత్తికి దోహదమౌతుంది. తాను వేరైన భగవద్భక్తుడిననుకొనే అహంకార భావం నశించిన వెంటనే, జ్ఞానోదయమైనదని అనుభవం కలుగుతుంది. దీనినే పరాభక్తి అంటారు. పరాభక్తీ, జ్ఞానం ఒకటే. భక్తుడూ, భగవంతుడూ (ధ్యాత, ధ్యేయము) ఏకమైన స్థితినే పరాభక్తి అంటారు. చైతన్య మహాసుభవం ఈ పరాభక్తి ప్రసాదం. ఇక తెలియదగినదేమీ ఉండదు. ఉన్నదంతా ప్రజ్ఞాన ఘనమైన ఆత్మానుభవ మొక్కటే. ఈ అద్వైతానందమే ముక్తి అనబడుతుంది.



వీకో వశీ సర్వభూతాంత రాహ్మా

వీకం రూపం బహుభా యః కరోతి

త మాత్మస్థం యేఽను వశ్యంతి దీహః

తేషాం సుఖం శాశ్వతం నేతరేషామ్

(కఠోపనిషత్తు)

తా|| సమస్త చరాచరములకు సృష్టికర్తయై వాటికి అంతరాత్మగా నుండువాడును, బ్రహ్మాండమంతటినీ తన వశమున దుంచుకొని ప్రళయ కాలమున ఏకస్వరూప సూక్ష్మ చైతన్యమై వెలియుచు, సృష్టికాలమునందు అనేకానేక రూపములుగా పరిణమించు అత్మ స్వరూపుడగు ఆ పరమేశ్వరుని ధ్యాన శీలురైన ఏ మహాత్ములు సాక్షాత్కరించుకొనుచున్నారో, వారి సుఖము శాశ్వత సుఖము, ఇతరులకా శాశ్వత సుఖము గగన కుసుమము.

# ధ్యానం

గోచరించే శరీర ప్రసంచాదులన్నీ అసత్యమైన మిథ్యా స్వరూపా-  
లవి. యధార్థంగా ఉన్నదంతా బ్రహ్మస్వరూప మొక్కచేనవి, వేదాంత-  
శాస్త్రాలు విశదపరుస్తున్నాయి. ఈ పరమాద్వైత సత్యం వటిష్ఠమైన  
ఆధ్యాత్మిక పునాదుల మీద ప్రతిష్ఠింపబడింది. ఈ సత్య సిద్ధాంతానికి  
సమన్వయమైన సాధన చేస్తేనే ఆ పరమసత్యాన్ని అనుభూతి పొంద  
టానికి సాధ్యం కలుగుతుంది కదా !

విత్య సత్య స్వరూపమై, అద్వయమై, అంతటా ఎల్లప్పుడూ  
భాసిస్తుండే పరమాత్మని తన యధార్థ స్వరూపంగా అనుభూతి పొంద  
టమే అన్ని సాధనలయొక్క అంతిమ లక్ష్యం. భగవంతుడు సాధించ  
వలసిన అన్యుడెవరో కాదనే యతార్థాన్ని సాధకుడు ముందర ధృవ  
పరచుకోవాలి. నిజంగా ఆ శుద్ధ, బుద్ధ, జ్ఞాన స్వరూపమైన పరమాత్మ  
కానే అయి వున్నాడని గ్రహించుకోవాలి. ఈ పరమసత్యాన్ని శంకర  
భగవత్పాదులు, వివేక చూడామణిలో ఏ విధంగా శిష్యునికి విశదం  
చేశారో గమనార్హం :-

అకాశవన్నిర్మల నిర్వికల్ప

నిఃసీమ నిస్పందన నిర్వికారం

అన్తర్బహిః శూన్య మనన్య మద్యయం

స్వయం వరం బ్రహ్మ కిమస్తి బోధ్యమ్

(394)

అంటే, అకాశంలా నిర్మలమై, నిర్వికల్పమై, అద్యంతములు  
లేనిదై, అక్రియమై, నిర్వికారమై, బాహ్యభ్యంతర శూన్యమై, అద్వితీ  
యమై, అంతటా ప్రకాశించే ఆ పరబ్రహ్మ రూపావివి నీవే. నీ కింకా  
తెలియదగినదేమున్నది ?

ఈ పైల్లోకంలో వ్యక్తపరచిన మహత్తర తత్వాన్ని అనుభూతి చేసుకోదానికి అత్యంత ఉత్కృష్టమైన సాధనను చేపట్టాలి. ఆధ్యాత్మిక అనుష్ఠానం ఉత్తమం - మధ్యమం - అధమం అని మూడువిధాలుగా విభజింపబడింది. బ్రహ్మజ్ఞులు, మహామునులు, తత్త్వవేత్తలైన మహాత్ములు ప్రసాదించిన ఉత్తమ వేదాంత శాస్త్రాన్ని పఠనంచేసి, వాటిలోని విశిష్టమైన భగవత్తత్వాన్ని అవగాహన చేసుకుని, శాస్త్రాధారమైన సక్రమమైన మార్గంలో సాధన చేయటం ఉత్తమ అనుష్ఠానం. ఈ ఉత్తమ అనుష్ఠానంలో చెప్పబడిన ఉత్కృష్టమైన ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలని పఠిస్తూ - వాటిలోని విశిష్టమైన అంశాల్ని మననం చేస్తూ, యధార్థమైన భగవత్తత్వాన్ని, సాధనామార్గాన్ని గ్రహించుకుని, ఏవో ఆవాంతారాల వల్ల సాధనకి పూనుకొనక సాధనారహితుడై ఉండటం మధ్యమ అనుష్ఠానం. ఎలాంటి ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞానం లేక, శాస్త్రజ్ఞాన కూన్యడై, భగవత్తత్వం ఏదో, ఎంతమాత్రం తెలియని మూఢత్వంలో ఏవేవో కాహ్యమైన క్రియాకలాపాలు చేయటం అధమ అనుష్ఠానం. విద్యాబుద్ధులు కలిగిన సంస్కారపడులందరూ ఉత్తమ - మధ్యమ అనుష్ఠానాలను అచరిస్తే, ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనాన్ని తప్పక పొందగలుగుతారది శాస్త్రకాదుల అభిమతం.

భగవత్ ధ్యానం చేయాలనీ, భగవంతుని సాధించాలని, ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాసులు ఆరాటపడుతూంటారు. అయితే భగవంతుడెవరో ఇంచుమించు ఎవరికీ తెలియదు. దేనిని ధ్యానం చేయాలో, ఏది భగవత్ ధ్యానమో, భగవంతుడెవరో తెలియని వారికి, ఎలా గ్రహ్యమవుతుంది? భగవత్ తత్త్వమేదో తెలుసుకుంటే, భగవత్ ధ్యానం చేయటానికి సాధ్యమవుతుంది. అందుకే ధ్యానం చేయడానికి ముందు యధార్థమైన భగవత్ తత్వాన్ని, ఉత్తమ అనుష్ఠాన రీత్యా, కూరింకపంగా గ్రహించుకోవలసి ఉంటుంది. అప్పుడు దేనిని ధ్యానం చేయాలో, ఏదీ భగవత్-ధ్యానమవుతుందో తెలుస్తుంది.

యధార్థంగా తానే భగవత్ స్వరూపుడై ఉన్నందున, సాధకుడు దేనిని గురించి ధ్యానం చేయగలడు? ఉన్నదంతా భగవత్ స్వరూప మొక్కచేసని, వేరేది లేనేలేదని, - ఏకమేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ-సర్వం అర్థిదం బ్రహ్మ-మాయా మాత్రమిదం ద్వైత మద్వైతం పరమార్థతః లాంటి మహావాక్యాలు పరమోత్కృష్టమైన అద్వైత సిద్ధాంతాన్ని బోధిస్తున్నాయి. ఈ సిద్ధాంతం దృష్టిలో ధ్యానమనే పదాన్ని సక్రమంగా అర్థం చేసుకుంటే, ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం కలిగేలా అనుష్ఠానం చెయ్యటానికి సాధ్యమవుతుంది.

ప్రపంచమంతా భగవత్ స్వరూపమే కనుక, ప్రపంచంలో దేనిని గురించి ధ్యానం చేసినా భగవత్ ధ్యానమే అవుతుందని కొందరు అభిప్రాయపడుతుంటారు. కాని, మనసుకీ - ఇంద్రియాలకీ గోచరించే దృశ్య జగత్తంతా మిథ్యా స్వరూపమే కదా! యధార్థంగా అదంతా మానసిక సృష్టితప్ప మరేమీ కాదని ఆధ్యాత్మికతత్వం స్పష్టంగా విశదపరుస్తోంది. అలాంటప్పుడు, ఏమైనా రూపాలపై - స్థూల వస్తువులపై చేసే చింతనని, భగవత్ ధ్యానమని సమర్థించటం ఎలా సంభవిస్తుంది? ఇలాంటి ధ్యానం తత్త్వజ్ఞానరహితంగా ఉంటూ, దానివల్ల కలిగే ప్రయోజనాన్ని అది కలిగించేయవచ్చు. కాని, సర్వోత్కృష్టమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనం కోసం చేయబడే ధ్యానం వేరుగా ఉంటుంది. అది వివేకజ్ఞానంతో చేయబడే అన్యమొల్లని ఆత్మవిషయకమైన విచారణ. ఇలా అనుష్ఠించే ఆత్మ విచారాన్ని “నిదిధ్యాన” అంటారు.

అన్ని తలంపులనీ తొలగించుకుంటూ ఆత్మవిచారణలో లగ్నమవటం సర్వోత్కృష్టమైన భగవత్ ధ్యానం. ఈధ్యానానికి ఆలంబనం నిజ్ఞానం. అంటే, సాధకుడు తాను నిజంగా నామరూపరహితుడై ఎల్లప్పుడూ ఉండే కాళ్ళతుడనని, జాగ్రదవస్థలో తనకు గోచరించే శరీర ప్రపంచాదులు, స్వప్నంలో తోచే దృశ్య జాతాలు, అన్నీ నిజంగా లేనటువంటి మిథ్యా

స్వరూపాలనీ, పముద్రలలోంచి ఉద్భవించే కెరటాలు, నురగలు, సుళ్ళు, మొదలైన వాటిలా తనవల్లే తనలోంచే వెలుపడుతున్న ఈ సర్వ మిథ్యా సృష్టి పరంపర కంటటికీ - చిదానంద స్వరూపుడైన తను కేవలం సాక్షి మాత్రమని భావిస్తూ తత్త్వవిచారణ చేసుకోవాలి. ఈ విధంగా చేసే తత్త్వవిచారమే ఉత్తమోత్తమమైన ఆధ్యాత్మిక ధ్యానం అవుతుంది. అన్ని ధ్యానాలూ చివరికి ఈ జ్ఞానపరమైన ధ్యానం దగ్గరికి చేరుకునేవే.

ధ్యానం చేస్తూంటే ముందర దశలో సాధకునికి తెలియకుండా ఇతర ఆలోచనలు కమ్ముకుంటూంటాయి. ధ్యానం చేసే అంశాన్ని మర పిస్తూ అవి విజృంభిస్తుంటాయి. కాని వాటివల్ల నిరాశచెందక, అలంబ నాన్ని విడువక మళ్ళీ మళ్ళీ ఆధ్యానం చేస్తుండడం వల్ల మనసుకి దృఢత్వం కలుగుతుంది. క్రమంగా ఇతర ఆలోచనలేవీ రావటం మాను కుంటాయి. అవన్నీ ఆత్మనిచారంలో చివరకు రయమవుతాయి.

ఈ జగత్తంతా పరమాత్మ తప్ప వేరేదీలేదు. ఇక ఎవరు, ఎచట, దేనిని ధ్యానం చేయగలరు? ఒకే అద్వితీయ పరబ్రహ్మం ఉంటుండగా, ఇక యేది, యెట్లు, యెవరిచే ధ్యానం చేయబడగలదు? ఈ ప్రశ్నలలోని పరమార్థైత సత్యానికి అనుగుణంగా, ఆత్మని గురించి చేసే విచారణే ఆధ్యాత్మిక ధ్యానం. దృశ్య ధ్యానం కాని, రూపధ్యానం కాని, యధార్థ సత్యాన్ని గురించి చేసే విచారణ ఎలా అవుతుంది? సత్యం సర్వ దృశ్య ప్రపంచ రహితమైనది కదా! యధార్థమైన భగవత్ త్వాన్ని అపగాహన చేసుకోనివారు, దైవం అంటే, ఏమీ తెలియని అజ్ఞానులు - దైవం తమ కళ్ళముందు ఒక చక్కని రూపంలో, ఆడంబరమైన ఆభరణ భూషణాదులతో ఉజ్జ్వలంగా గోచరించాలని ఆరాటపడుతుంటారు. అలాంటి దృశ్యాన్ని భగవంతుడంటే, తండోపతండాలుగా వచ్చి సాష్టాంగ ప్రమాణాలతో మ్రొక్కుతారు. కాని, అలాంటి దృశ్యాలు - ఆకారాలు - భగవంతుడెలా అవుతాయి? ఏ దృశ్యమైనా - ఆకారమైనా అనిత్యమై అంతరించిపోయేదే కదా! యధార్థమైన దైవ స్వరూపుడైతే నిత్యమైన వాడు - శాశ్వతమైనవాడు - ఆకారసూన్యుడు. అనంతడు. ఉన్నదంతా

ఆ భగవత్ స్వరూప మొక్కచే - కనుక ఉత్తమమైన ధ్యానం తత్త్వ విచారమే. దృశ్యాలని చూస్తున్న ద్రష్టయైన జీవుడు తన యధార్థ స్వరూపమైన ఆత్మను ఎంతమాత్రం చూడలేడు. బుద్ధి ఎంతవరకూ దృశ్య ప్రపంచం చేత ఆక్రమింప బడుతుందో, అంతవరకు స్వరూప స్థితి ఎంతమాత్రం ఉదయించదు.

భగవద్గీతలోని ధ్యాన యోగంలో, శ్రీకృష్ణుడు అర్జునునికి దేనిని ఎలా ధ్యానం చెయ్యాలో ఈ ప్రకారంగా విశదపడస్తాడు :-

శనైశ్చనై పరమేద్భుత్యా భృతి గృహీతయా  
ఆత్మ సస్త మనః కృత్వా నకించిదపి చింతయేత్ ॥  
యతో యతో నిర్చరతి మన శ్చంచల మస్థిరమ్  
తతస్తతో నియమ్యైత దాత్మ న్యేవ పశం వయేత్ ॥

అంటే దృఢమైన బుద్ధిచేత మనస్సును ఆత్మయందు లగ్నం చేస్తూ మెల్లమెల్లగా దానిని విషయ రహితంగా చేయాలి. ఆత్మతత్త్వం కంటే అన్యమైన దేనినీ కొంచెం కూడా ధ్యానం చెయ్యకూడదు. సర్వమూ ఆత్మయేకాని ఆత్మకంటే ఇతరం యేదీ లేదనే భావంతో మనస్సును ఆత్మగ్రంథేసి, అత్యేతర విషయాన్ని దేనినికొంచెం కూడా ధ్యానం చెయ్యకుండా అస్థితిలో ఉండిపోవాలి. అతి చంచల స్వభావమైన మనస్సును, ఏ ఏ విషయాల మీదికి అది పోతున్నదో గమనిస్తూ, ఆయా విషయాల మీంచి దాన్ని మరల్చి, స్వస్వరూపంలో నిలిచి ఉండేలా ధ్యానం చేయాలి.

ఇంద్రియాలని, మనసునీ విషయాల మీదినుంచి మరలుస్తూ, ఆత్మమీద కేంద్రీకరించి నిలపడమే ఉత్తమమైన ధ్యానం. ఇది ఆధ్యాత్మిక ప్రయోజనానికి మూలకందమైన తపస్సు. ఉత్తమోత్తమమైన అనుష్ఠానం.



# అభ్యాస యోగం

మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం, అహంకారం - ఈ నాలుగు మానవుని అంతఃకరణ. నీటిని అంతఃకరణ చతుష్టయం అంటారు. ఇవి మాత్రమే శరీరంలోని ముఖ్యాంగాలు.

నిలకడలేని మనస్సు, వివేకంలేని బుద్ధి, శుద్ధిలేని చిత్తం, శరీరమే తాను అనుకొనే అహంకారం - వీటితో మానవుల మనుగడ సాగుతుంటుంది. ఈ మనుగడ ప్రతిదినం మూడవస్థలతో గడుస్తుంటుంది - జాగ్రదావస్థ, స్వప్నావస్థ, సుషుప్తావస్థలు. విద్రావంతరం కలిగే మెలకువ అనబడేదే జాగ్రదావస్థ. ఈ జాగ్రదావస్థ రాగానే, ముందు “నేను” అనే అహంకారం - శరీరానికి ప్రతిబింబంగా ఆవిర్భవిస్తుంది. వెంటనే మనస్సు విజృంభించి, ఇంద్రియాలలో ప్రవేశించి, ప్రపంచాన్ని గ్రహిస్తుంది. అలాగే, స్వప్నావస్థలో మిథ్యా స్వరూపమైన, భోక్త, భోగ్య, భోగ రూపస్వప్న ప్రపంచాన్ని మనస్సు దర్శిస్తుంది. ఈ జాగ్రత్ స్వప్నావస్థలు రెండూ మనో కల్పితమైన మిథ్యా స్వరూపాలే కాని, వాస్తవాలు కావని మన వేదాంతశాస్త్రాలు విశదంగా బోధిస్తాయి. వివేక చూడామణిలో శంకరభగవత్పాదులు ఈ రెండవస్థలను ఇలా వివరించారు :-

స్వప్నేర్థకూన్యే నృజితి స్వశక్త్యై

భోక్త్రాది విశ్వం మన ఏవ సర్వం

తదైవ జాగ్రత్కపినో విశేష

స్తత్సర్వ మేతన్మనసో విజృంభణమ్ ।

అంటే, స్వప్నావస్థయందు గోచరించే స్వప్న ప్రపంచము- జాగ్రదావ

స్థలో వంచేంద్రియాలచే తెలియబడే దృశ్య (పాదార్థిక) ప్రపంచము - రెండూ సమానమైనవే. ఈ రెండవస్థలయందూ కానవచ్చు విశ్వమంతా మనో విజ్రంభణమే కాని యదార్థమైనది కాదు.

జాగ్రదావస్థలో, శరీరమే నేను అనుకొనే భ్రాంతిభావం కలగడం మనో కల్పితమే. ఇలా దేహాత్మబుద్ధిచి కల్పించి, విషయాలమీద రాగ ద్వేషాదుల్ని కలుగజేసి, త్రాటితో మృగాన్ని బంధించినట్లు, ప్రపంచ వ్యామోహమనే పాశంతో మనస్సు మానవుణ్ణి బంధిస్తుంది. చిత్తశుద్ధి లేక వివేకం కోల్పోయిన బుద్ధి, మనస్సును విషయాలవైపుకే, ఎప్పుడూ మళ్ళిస్తూంటుంది. దాంతో అది ఇంద్రియాలచే ప్రేరేపింపబడుతూ, బాహ్యదృష్టి కలిగి, విషయ సుఖాలవెంట పరుగుతుంటుంది, చంచలత్వం చంచలత్వం దాని స్వభావాలు. ఇలాంటి మనస్సును నిగ్రహించడం, బహు కష్టసాధ్యమని తెలియజెప్పడానికి, మనస్సును మర్కంటంతో పోలుస్తారు.

మనస్సును అదుపులో ఉంచుకోడం, ఎంతటి వారికైనా, ఎంత ప్రయత్నించినా అసంభవం అనిపిస్తుంది. కాని, ఆధ్యాత్మిక సాధన లన్నింటికీ లక్ష్యమైనది మనో నిగ్రహమేకదా! పతంజలి యోగ సూత్రాలలో చెప్పబడినట్లు, “యోగః చిత్తవృత్తి నిరోధః.”- అంటే మనోనిగ్రహమే యోగం. మనస్సుయొక్క బాహ్యప్రవృత్తిని అరికడి తేనే, ప్రజ్ఞాన ఘనమైన మన యదార్థ స్వరూపస్థితి స్వయం ప్రకటిత మౌతుంది. సకల వేదాంత శాస్త్రాలు ధీనినే బోధిస్తూ వస్తున్నాయి. మనో నిగ్రహం తప్పనిసరిగా ప్రతి సాధకుడూ సాధించవలసిన లక్ష్యం.

మనస్సును ఎలా నిగ్రహించాలో భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణుడు అర్జునునికి బోధిస్తాడు. మనస్సు ఎంతో చంచలమై నిగ్రహించడం కక్కం కావడం లేదని, వాయువును నిరోధించడం ఎంతకష్టమో మన మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోవటం అంతకంటే కష్టతరంగా ఉంటున్న

దని అర్జనుడు శ్రీ కృష్ణుడితో మొరపెట్టుకుంటాడు. అందుకు సమాధానంగా శ్రీ కృష్ణుడు అర్జునునికి ఈ విధంగా బోధిస్తాడు :-

అనంశయం మహాబాహో మనోదుర్నిగ్రహం చలమ్ ।

అభ్యాసేనతు కౌంతేయ వై రాగ్యేణచ గృహ్యతే ॥

అనగా, మనస్సును నిగ్రహించడం శక్యము కానిదని. చంచలత్వమే దాని స్వభావమని చెప్పటం యదార్థమే. అయినప్పటికీ, అభ్యాసం వల్ల, వైరాగ్యం చేత, దానిని స్వాధీనం చేసుకోవడం సాధ్యపడుతుంది.

అభ్యాసము, వైరాగ్యము- ఈ రెండింటి వల్ల మనస్సును నిగ్రహించుకోవచ్చుననే శ్రీ కృష్ణుని బోధ అందరికీ శిరోధార్యమే. ఇచ్చట అభ్యాసమంటే మనస్సుచేత ఆత్మను గురించి ధ్యానం చేయించటమని గ్రహించుకోవాలి. అంటే, అందరిలోను, సర్వత్ర విండి ఉంటూ, సర్వానికి సాక్షియైన ఆత్మయే, ఈ సర్వ ప్రపంచానికి ఆధారమని, ఆత్మ యొక్క మహత్తత్వాన్ని ధ్యానంచేస్తూ మనస్సును ఏకముఖం చేయటం అభ్యాసం చేయాలి. వైరాగ్యమంటే, శరీర ప్రపంచాదులు అనిత్యమైన మిథ్యా స్వరూపాలని. నిత్యావిత్య వస్తువివేకం కలిగి, అనిత్య అనాత్మ పదార్థాలవల్ల విముఖత కలిగి ఉండటం. అర్జునునకు శ్రీ కృష్ణుడు బోధించిన ఈ మనో నిగ్రహ సాధననే అభ్యాసయోగమని అంటారు. దీనిని ఎలా అనుష్ఠానం చెయ్యాలో శ్రీ కృష్ణుడు ఈ రీతిగా అర్జునునకు బోధిస్తాడు :-

ధ్యానంలో కూర్చోటానికి సరియైన ఆసనం అమర్చుకోవాలి. శుభ్రంగా వుండే ఏకాంత ప్రదేశంలో మరీ ఎత్తుగా కాని. మరీ క్రిందుగా కాని లేక సమానంగా ఉండేదోట ఆసనాన్ని సుఖవంతంగా కూర్చునే లాగ చేసుకోవాలి. దానిమీద దర్శననం, జింకతోలు. ఆ పైన తెల్లనిదీ మెత్తనిదీ అయిన వస్త్రం పరుచుగుని, సుఖంగా ఒకేరీతిగా కూర్చోవాలి.

అలా కూర్చుని, ఇంద్రియాల్ని, చిత్తాన్ని నియమించి మనస్సును ఏక ముఖం చెయ్యడం అభ్యాసం చెయ్యాలి. మనస్సును కోరికలవైపుకి మళ్ళిస్తూండే బాహ్యేంద్రియాల్ని ముందు అరికట్టుకోవాలి. సంకల్పాల వల్ల కలిగే పమస్త విషయాభిలాషలను వడలిపెట్టి, విషయ వస్తువుల జోలికి పోకుండా ఉండటమే బాహ్యేంద్రియాల నిరోధానికి సాధనమౌ తుంది. కాని మనస్సును వాటివెంట పరుగెత్తకుండా, దాని దురభ్యాసాన్ని నిరోధించడం ముఖ్యం. వివేక వైరాగ్యాలతో సాగిస్తూండే నిరంతరమైన అభ్యాసమే దానికి మార్గం. మన నిజస్వరూపం జడపదార్థ సముదాయమైన ఈ శరీరం కాదని, మనకు నిత్యం హృదయంలో “నేను నేన”ని స్ఫురిస్తూండేదే మన యదార్థ స్వరూపమని భావిస్తూ, మనస్సును అనన్యస్వరూపం మీదనే సతతము ఉంచుతూ, ధ్యానం చేసుకోవడం ఉత్తమమైన అభ్యాసం. మనస్సు మధ్యమధ్య, మనకు తెలియకుండా, నిలకడను వీడి, ఎక్కడెక్కడికో పోతూ, ఏవేవో ఆరోచనాలలో పడు తూంటుంది. అప్పుడు బుద్ధి దానిని గ్రహించి, మనసును ఆరోచనాల మీంచి మళ్ళించి, తిరిగి లక్ష్యం మీద ఉంచుతుండాలి.

చంచలమైన మనస్సు ఏయే విషయాల మీదికి పోతున్నదో, ఆయా విషయాలనుంచి దానిని మరల్చి స్వస్వరూపమైన ఆత్మయందు నిలిచి వుండేలా చేస్తూండాలి. ఈ రీతిగా, ఎలాంటి అవరోధాలకు, ఆటంకాలకు నిస్పృహ చెందక, సట్టుదలతో ఒప్పుకలిగి సాధనాభ్యాసం సాగిస్తూండాలని భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుడు అర్జునునకు, ఇంకా ఇలా బోధిస్తాడు :

కనై శృనై రుపరమే దుష్ట్యా ధృతి గృహీతయా ।

ఆత్మనంస్తం మమః కృత్వా నకిచ్ఛదపి చింతయేత్ ॥

(భ॥ గీ॥ 6-25)

అనగా, దృఢమైన సంకల్ప బుద్ధిచే మనస్సును అంతర్ముఖం చేసి, ఆత్మ

లక్ష్యమందు ప్రవేశపెట్టి మెల్లమెల్లగా ఉపరతిని పొందిస్తూ, ఆత్మ యందు లయిస్తూ, ధ్యాన నిమగ్నతను సాధించాలి. ఆత్మేతర విషయాల మీద ఎంతమాత్రం ధ్యాన రేకుండా మనస్సును కాపాడుకొంటూ, ఆత్మ తత్త్వం కంటే ఇతర మేదీ లేదనే నమ్మకంతో మనస్సును ఆత్మయందు లయింపజేస్తూ ధ్యానం సాగించాలి.

“యతో యతో నిస్సరతి మనశ్చల్చల మస్థిరమ్

తతస్తతో నియమ్యై తదాత్మన్యేవ వశం వశేత్ ॥

(భ॥ గీ॥ 6-26)

చంచలమై స్థిరముగా లేని మనస్సు యేయే విషయాల యందు సంఘరిస్తున్నదో, ఆయా విషయాల నుంచి దాన్ని మరలిస్తూ తనయందే (ఆత్మయందే) ఆధీనం చేసుకోవాలి. అనగా స్వస్వరూపాను సంధాన మందు మనస్సును నిలిపి ధ్యాననిమగ్నుడు కావాలి.

మనస్సు బహిర్ముఖమై చెదిరిపోకుండా ఏకాగ్రత, ప్రకాంతత కలిగి, అకాంక్షలన్నిటినీ అతిక్రమించి, ఆత్మతత్త్వంలో నిలిచిపోయే పరమ మోనస్థితిని చేరుకోవడమే యీ సాధన లక్ష్యం. అలాంటి నిశ్చల శ్రద్ధగలిగిన మనస్సే బ్రహ్మమవుతుంది.

ఈ రీతిగా అధ్యాసయోగమనే ఈ మనోనిగ్రహ సాధనను శ్రీకృష్ణుడు అర్జునునికి తెలియజేస్తాడు. ఈ అధ్యాసయోగాన్ని చిత్త శుద్ధితో ఆచరించే సాధక మహాశయులు తప్పక లక్ష్యసిద్ధిని శీఘ్రంగా పొందగలరని విస్ఫులకయంగా గ్రహించుకోవచ్చు. సాధనాధ్యాసకులు ఈ క్రింది అంశాలను కూడా తప్పనిసరిగా పాటిస్తూండాలి :-

1) అధికమైన ఇష్టాభిష్టాలు, దేనిమీదాకాని, ఎవరి పట్లా కాని ఉండ కూడదు.

2) ఎవరికినీ, ఎట్టి అవకారము, బాధ కలిగించకూడదు. అట్లే ఎవరి

వల్లా తనకు బాధ. అపకారము కలిగేలా తాను ప్రవర్తించ కూడదు.

- 3) అవినీతికరమైన ఎట్టి ఆలోచనలు మనస్సులోకి రానీయకూడదు.
- 4) మత్తు పదార్థాలు, మనస్సును ప్రకోపింపజేసే అహార పానీయాలు తీసుకోకూడదు.
- 5) తినుట, త్రాగుట, మాటలాడుట, పని చేయుట, నిద్రించుట ఎంతవరకు అత్యవసరమో అంతకు మించి చేయకూడదు.
- 6) అనవసర నుభాషణ, ఇతరుల వ్యవహారములలో జోక్యము కలిగించుకోవటం లాంటి పనులు చేయకూడదు.
- 7) అనవసరమైన పనులు కల్పించుకుని వృధాగా శరీరాన్ని శ్రమ పెట్టకూడదు. శక్తికి మించిన పనులను చెయ్యడానికి ప్రయత్నించ కూడదు.
- 8) విషయ వస్తువుల మీద ఎట్టి వాంఛలు పెట్టుకొనకూడదు.
- 9) ఎవరియందు ద్వేషభావము, అసూయ ఉండకూడదు.
- 10) ఎట్టి కోరికలు, దేనినైనా పొందవలెననే ఆకాంక్ష ఉండకూడదు.



అజ్ఞోఽణీ యన్ మహతో మహియా

నాత్మాగుహాయాం నిహితోఽన్య జంతోః ॥

(శ్వాతాశ్వాతరోపనిషత్తు)

అజుప్రకంటే ఇంకా సూక్ష్మమైనది, మహత్తు గలదాని కంటే మరింత మహత్తు గలది అయిన ఆత్మ ఈ ప్రాణుల హృదయ కుహరంలో దాగి ఉన్నది.

# స్వస్వరూపాను సంధానం

నామరూపానిన్నీ భగవంతుని మిథ్యాస్వరూపాలు. నామరూపాలు లేవి భగవంతుని యందుద్భవించి, ఆయనను మడుగుచేసే అసత్యపు బ్రాంతులు. అసలైన భగవానుడు ఆకారశూన్యుడు. అనంతడు. అవాఙ్మానన గోచరుడు. అలాంటి భగవంతుని ద్యానం చెయ్యడం ఎలా సాధ్యమౌతుంది? ద్యానం మనస్సుతో చేయబడే ప్రక్రియ కదా!

“అహం బ్రహ్మస్మి”. “తత్త్వమసి” లాంటి మహావాక్యాలు, మనమే భగవత్ స్వరూపులమై యున్నామన్న మహత్తర తత్త్వాన్ని బోధిస్తున్నాయి. భగవంతుడు మన కన్యదేవరో కాదనేది వాటి సారాంశం. అలాంటిప్పుడు, భగవంతుని తెలుసుకోవానుకొనే భావం సరియైన భావం అవుతుందా? భగవద్భావమనే పదం విజంగా అర్థవంతమైనదేనా? మీరంతా భగవద్భావం చేసుకొనుచు, జీవితాలను సార్థకం చేసుకోమని గురువులు ఉపన్యాసాలలో ఉద్ఘాటిస్తూ ఉంటారు. వినేవారిలో చాలా మందికి భగవంతుడెవరో యదార్థంగా తెలియనే తెలియదు. దేనిని ద్యానం చెయ్యాలో, యేది సరియైన భగవద్భావం అవుతుందో, భగవంతుడెవరో తెలియని వారికి, ఎలా సాధ్యమౌతుంది? భగవత్ తత్త్వమేదో ముందు తెలుసుకుని, తరువాత ద్యానం చెయ్యడానికి అయత్నమవడం, సక్రమమైన మార్గమని, వివేకవంతులు తప్పక గ్రహిస్తారు.

మానవజన్మ లభించినందుకు, ఎలాగైనా ఈ జన్మలోనే భగవంతుని సాధించాలని పట్టుదలతో సాధన చేయబానుకొను సాధకుడు, ముందుగా తనలో ఉండే అపొహను పోగొట్టుకోవాలి. భగవంతుడు సాధించవలసిన అన్యదేవరో కాదనీ, తానే భగవత్ స్వరూపుడై యున్నా

దని గ్రహించుకోవారి. ఈ విషయాన్నే అదిశంకరులు “అత్మబోధ”లో ఎంతో చమత్కారంగా యీ క్రింది శ్లోకంలో చెబుతారు :-

“అత్మాతు సతతం ప్రాప్తో వ్యసాస్తవద విద్యయా ।

తన్నాశే ప్రాప్తవద్భూతి స్వకంతాభరణం యదా ॥”

అంటే, తాను భగవత్ స్వరూపమే అయి ఉండి, భగవంతుణ్ణి తెలుసుకో దానికి ప్రయత్నించడం, మెడలో ఉన్న బంగారపు గొలుసుని, మెడలో ఉన్నట్లు మరచి, దానికోసం అంతటా వెదకడం లాంటిదని.

స్వయంగా మనం అత్మ స్వరూపులమై ఉంటున్నది యదార్థ విషయమైనా, అజ్ఞానంవల్ల అది తెలియబడటం లేదు. మన విజస్వరూపం, ఆకారశూన్యము, అక్రియము, అనంతము, అనందవిరియమునైన అత్మస్వరూపమే అయినప్పటికీ, బుద్ధి మనకగోచరంగా ఉంటున్నది. అత్మస్వరూపమందు దేహాశ్రాంతి కలగడం వల్ల, సహజివత్వం పొంది, ఇంద్రియ ప్రవృత్తులలో తగుల్కొని, సంసారశ్రాంతికి వ్యర్థమైనాము. మన సహజస్వరూపమైన అత్మను మరచినాము. చిత్తశుద్ధిలో, సత్య దృష్టితో, సక్రమమైన అభ్యాస్మిక సాధనచేస్తే, అజ్ఞానమయమైన సర్వ శ్రాంతులు తొలగి, మనకి మరుగై యున్న యదార్థ సచ్చిదానంద స్వరూపమైన అత్మ తిరిగి మనకు అనుభూతి కాగలదు. మన విజస్వరూపం మనం తప్పక పొందగలం.

ఏ భగవంతుని కోసం మనం ధ్యానం చెయ్యాలని అనుకుంటున్నామో ఆ భగవత్ స్వరూపం మన యదార్థస్వరూపమే అయి ఉంది. కనుక, స్వస్వరూపాను సందానమే సక్రమమైన భగవద్ధ్యానం అవుతుంది. స్వస్వరూపధ్యానం అంటే “అహం” మూలాన్వేషణ. ఇది అంతర్దృష్టితో చేయబడే సాధనప్రక్రియ. సాధకులను సంస్కరించి, అన్ని అపొహలను పోగొట్టి, జగజ్జీవేశ్వర బేదాన్ని వివారించే సర్వోత్కృష్టమైన



సాధన. అదిశంకరుల బోధల ననుసరించి ఈ సాధన క్రమం యీ విధంగా ఉంటుంది :-

శరీరం రక్తమాంసాది జడ వదార్థాలతో నిర్మితమై మనచే తెలియబడే వస్తువు. ఎంత తరచి తరచి పరిశీలించినా, దానిలో ఏ భాగానికి స్వయంగా సత్తాస్ఫూర్తులు కానరావు. అలాంటి జడవదార్థ అవయవ సముదాయమైన శరీరానికి ప్రతినిధిగా “నేను నేను” అని నతతము భావించేదేదో, ఎచటనుంచి ఉద్భవిస్తున్నదో విచారించుకోవాలి. ఏది “నేను చేయుచున్నాను”, “నేను తినుచున్నాను” అని అనుకొనుచున్నదో, అది ఈ శరీరం ఎంతమాత్రం కాజాలదని సుశుభ్రంగా తెలుసుకోవచ్చు. ఈ “నేను నేను”ని భావించేది శరీరం కాదని తెలిసిన తోడనే, అదే తనయొక్క సహజస్వరూపమని సాధకుడు విక్కమైన ఆత్మవిశ్వాసం కలిగినవాడై, దానిమీదనే మనస్సును కేంద్రీకరించుచు అది ఎక్కడనుండి పుట్టుచున్నదో విచారించుకోవాలి.

“అహమహం” మితి కుతయా తీత

విచారయ న్నుదయస్థలే లీయతే తదేవ తమః ॥

(రమణ మహర్షి)

అంటే, “నేను నేను”ను కొనే స్ఫురణ యెక్కడి నుంచి ఉద్భవిస్తోందని విచారితే, చివరికి అది తను ఉదయించే చోటనే లీనమై, సాధకుని యదార్థ స్వరూపమైన ఆత్మలో లయించిపోతుంది. ఈ విధంగా చేసే విచారమే తపస్సు.

మనస్సుచేత చేయబడే యీ “అహం” విచార సాధనవల్ల, మనస్సు యొక్క మూలాన్ని అదే స్వయంగా పొంది, తన సహజ సిద్ధిలో ఎట్టి చలనము లేక సుషుప్తి యందున్నట్లుంటుంది.

ఈ సాధనయొక్క ముఖ్యాంశము :- ఎట్టి ఆలోచనలు మనస్సు లోకి జొరబడనీయక, జాగ్రత్తతో మనస్సును రక్షించుకోవాలి. ఏదైనా ఆలోచన ప్రవేశించిన వెంటనే, అది "అహం" స్ఫూర్తికి చెందిన చలనమేనని దానియందే లయం చెయ్యాలి. "అహం" స్ఫూర్తికి, అంటే, "నేను "నేన"నే భావానికి మూలాన్ని హృదయసీమలో వెదకుచు, మనస్సును అంతర్గతం చెయ్యగా, ఆ భావం, లేక స్ఫూర్తి కరగిపోతూ లయించిపోతుంది. చివరకు మిగిలిపోయినది, దాని స్వస్థలమైన చేతన లేక ఎరుక (Consciousness or Awareness). ఆ స్థితియందు సాధకుడు విలకడ గలిగి ధ్యాననిమగ్నుడై ఉండిపోవాలి.

ఈ సాధనలో ఆత్మయొక్క స్థానము, దానిని తెలుసుకునే మార్గము సూచించబడ్డాయి. ఇది శాస్త్రజ్ఞానం లేని సామాన్య సాధకులకు కూడ సులభ సాధ్యమైన సాధన. అజ్ఞానంవల్ల కోల్పోయిన తన మూల చైతన్యాన్ని సాధకుడు స్వయంగా తిరిగి ప్రకటితం చేసుకొని ప్రకాశింప చేసికోగలిగే సర్వోత్కృష్టమైన సాధన.



యో బ్రహ్మణం విదధాతి పూర్వం యో వై

వేదాంశ్చ ప్రహితోతి తస్మై ।

తం హదేవం ఆత్మబుద్ధి ప్రకాశం

మమత్వరైశ్చ శరణ మహం ప్రపద్యే ॥

(శ్వేతాశ్వతరో పనిషత్తు)

తా॥ సృష్ట్యాది యందు బ్రహ్మనెవరు సృష్టించి వేదములను అందించెనో ఏ స్వయం జ్యోతి స్వరూపుని ప్రకాశము బుద్ధిని ఆత్మాభిమతి మొనర్చునో - ఆ పరమాత్మ స్వరూపుని మోక్షార్థినై శరణు పొందుచున్నాను.

# మౌనం

భగవత్తత్వాన్ని తెలుసుకోవటానికి మహాపురుషులు అనేక మార్గాలను సూచించారు. ఎవరికి యే మార్గం సరిపడితే వాడు దానిని ఆవలంబిస్తూ సాధన చేసుకుని లక్ష్యాన్ని చేరగలిగి వారి ఆదేశం.

అన్ని సాధనా మార్గాలలో గ్రహించవలసిన ముఖ్యమైన విషయం, మనం సాధించవలసిన భగవానుడు మనకన్యుడెవరో కాదని, అంటే, ఆ దివ్య స్వరూపమైన భగవత్ స్వరూపమే మన విజ స్వరూపం. యదార్థంగా మనమా దివ్యులమే. దేహం ఎంత మాత్రమూకాదు. దేహం వట్టి జడపదార్థ నిర్మాణం. ఆవయవ సముదాయం. అనిత్యం. దానికి స్వయంగా సత్తా స్ఫూర్తులేనీ లేవు. ఈ పరమసత్యాన్ని వివేకతత్వారా, అనుభవపూర్వకంగా ధృవపరచుకోవాలి.

దేహం మనం కొదనేది ఎంత స్పష్టంగా విదితమౌతున్నా, మన విజ స్వరూపం యేదో మాత్రం మనకు తెలియదు. అది మడుగుననే ఉంటున్నది. మడుగున ఉండటమే దానికి - ఆ భగవత్తత్వానికి - ఇష్టం. అందుకే త్యాగరాజస్వామి “మరుగేలరా! ఓ రామవా!” అంటూ గానం చేశారు. దేహం మనం కాదు గనక, మనం ఎవరమో తెలుసుకుని మన విజస్వరూపాన్ని మనం పొందడం అన్ని సాధనలకు అంతిమ లక్ష్యం.

దేహత్వం అనే యీ దేహాత్మబుద్ధి-అంటే శరీరమే నేను అనుకునే భావం-ఆజ్ఞానంవల్ల సంక్రమించిన అసత్యపు శ్రాంతి అని బోధిస్తూ దీన్ని ఎంతో విపులంగా ఆదిశంకరులు వివేకచూడామణిలో వివరించారు.

అజ్ఞానం అన్ని భ్రమలకూ, బద్ధాలకూ మూలం. దేహాత్మభావం నశించి, మనదైన, మరుగైన ఆదివ్యత్వాన్ని పొందాలంటే శ్రద్ధాభక్తులతో ఎవరికివారే సాధన చేస్తూ ఎవరి అజ్ఞానాన్ని వారే తొలగించుకోవాలి. రోగి స్వయంగా ఔషధం నేపించి, పథ్యం చేస్తూ, తన రోగాన్ని తానే పోగొట్టుకోవాలిగాని, వాచికోసం ఇతరులు ఔషధం నేపిస్తే వాని రోగం ఎలా కుదురుతుంది? అది శంకరులు ఈ విషయాన్నే ఇలా చెప్పారు:

పథ్యమౌషధ శేవా చక్రియతే యేన రోగిణా

అరోగ్య సిద్ధిద్వష్టాఽస్య నాన్యా సుస్థిత కర్మణా ॥

(వివేక చూడామణి-55)

తన దివ్యత్వాన్ని పొందగోరే సాధకుడు, ఇతర కార్యకలాపాలను, అనిత్యమైనవని వదిలిపెట్టి, విరంతరం నిలకడతో, సాధనా పని ప్టుడై, రోగ నివారణకు ఔషధం నేపించినట్లు, తన అజ్ఞానాన్ని తన స్వయం కృషి వలన, తానే తొలగించుకోవాలి.

మరుగున ఉన్న మన దివ్యత్వాన్ని పరబ్రహ్మతత్త్వం అని అంటారు. ఈ పరబ్రహ్మతత్త్వం తనంతట తానే ప్రకటితమౌతుందని శాస్త్రీలు తెలియజేస్తున్నాయి. ఇది మౌన సాధనవల్ల సంభవమౌతుందని దక్షిణామూర్తి స్తోత్రంలో “మౌన వ్యాఖ్యా ప్రకటిత పరబ్రహ్మ తత్త్వం” అని చెప్పబడింది. అంటే మౌనం ద్వారా అజ్ఞానం సర్వమూ నశించగా మనలో ఉన్న పరబ్రహ్మతత్త్వం తనంతట తానే ప్రకటితమై మనల్ని యదార్థ దివ్య స్వరూపులుగా (Divine Transformation) చేస్తుందన్న మాట. మౌనం అంటే ఉత్తమమైన ఆత్మనిష్ఠయే.

మౌనం శారీరక, వాచిక, మానసికమనే మూడు రకాలు.

1) శారీరక మౌనం : ప్రళాంత వాతావరణంగల ఏకాంత ప్రదేశంలో, సుఖకరమైన ఆననాన్ని అమచ్చకుని ధ్యానానికి అనుకూలమైన

రీతిలో కూర్చోవాలి. ఒక వియమిత కాలం నిర్ణయించుకుని, ఆ నిర్ణీత కాలంలో తాను కూర్చున్న స్థితిలో ఎలాంటి శరీర చలనమూ లేకుండా ఉండిపోవాలి. అంటే దురదవేసినా గోకుకోకూడదు. ఓర్పుకొని ఉండాలి. శరీరంలో ఏ ఆవయవమూ కదలకూడదు. కేవలం ఒక విగ్రహంలా, విశ్చలంగా ఉండిపోవాలి. ప్రారంభదశలో నిర్ణీత కాలం ఒక గంటకొని అంతకు తక్కువగాని వియమించుకొని, దానిని పొడిగిస్తూ సాధన చేసుకోవాలి.

2) వాచిక మౌనం : వాచిక మౌనం అంటే వాణ్నిరోధము. మాటలాడకుండా ఉండటం. ద్యానకాలంలో వాచిక మౌనం సామాన్యంగా పాటించబడుతూనే ఉంటుంది. ఇతర సమయాల్లో కూడా వాచికమౌనం పాటిస్తే గాని మహత్తరమైన ఆ పరబ్రహ్మతత్త్వం త్వరగా ప్రకటితం అవుతుంది. సరియైన మౌనాభ్యాసానికి లౌకిక కర్మలు చాలామటుకు వదలుకోవలసి ఉంటుంది. లౌకిక కర్మలంటే కామ్యకర్మలు. (కర్మల్ని నాలుగు విధాలుగా విభజిస్తారు : నిత్యకర్మలు, నైమిత్తిక కర్మలు, కామ్యకర్మలు, నిషిద్ధకర్మలు) ఆధ్యాత్మిక మౌన సాధకులు, నిత్యనైమిత్తిక కర్మలను, తప్పనిసరియైనవి కమి. చేస్తుండవచ్చు. కాని, ఇతర కర్మల నన్నింటినీ వదిలిపెట్టాలి అప్పుడే వాచికమౌనాన్ని సక్రమంగా, విరాటంకంగా ఆచరించటానికి సాధ్యం అవుతుంది.

3) మానసిక మౌనం : మూడు మౌనాల్లోను, మానసిక మౌనమే ప్రధానమైనది. మానసిక మౌనమంటే సంకల్ప వికల్పములులేని మనోవిశ్చలత. సంకల్ప వికల్ప విసర్జనమే నన్యాన పదార్థమని తగవన రమణ మహర్షి ఉపదేశాలలో చెప్పబడింది. అంటే అన్ని ఆలోచనలను తుడిచివేస్తూ, మనస్సును శుభ్రపరచుకోవడమే మనోమౌన సాధన. సాధకుడెప్పుడూ మనస్సులోకి ఏ ఆలోచన జొరబడకుండా రక్షించుకోవాలి, సతతము శ్రమ తుదై ఉండాలి. ఈ సాధన కష్ట సాధ్యమైన

దని అనుకుంటాడు. కాని అధ్యాసము, వైరాగ్యము అలవరచుకుంటే మానసిక మౌనము సాధించవచ్చు అని కాస్త్రాచార్యులు సూచించాయి.

శరీర ప్రసవించాడు అనిత్యములని గ్రహించుకొని, అజ్ఞానాంధకారంలో మునిగివున్న తాను, జ్ఞానాన్ని పొంది, తన విజన్వరూపం ఏదో తెలుసుకోవాలన్న జిజ్ఞాస కలిగిన సాధకునికి, మనోమౌనం ఏమంత కష్టతరం అనిపించదు. తీవ్ర ముముక్షత్వకం మనోమౌనానికి దోహదమౌతుంది. వివేక వైరాగ్యాలను అవలంబించుకొని, చిత్తశుద్ధితో, శ్రద్ధతో సాధన చేసేకొద్దీ, మనస్సుకు నిలకడ, ఏకాగ్రత కలిగి, మనోమౌనం త్వరత్వరగా సిద్ధిస్తుంది. అది శంకరులు, వివేక చూడామణిలో శిష్యునకీ విషయాన్ని తెలియజేసిన యీ దిగువ శ్లోకం సాధకులందరికీ మార్గదర్శకం కాగలదు:

“వివేక వైరాగ్య గుణాతి రేకా

చ్యుర్తత్య మాసాద్య మనోవిముక్త్యై

తవత్యతో బుద్ధిమతో ముముక్షో

స్తాభ్యాం దృఢాభ్యాం తవితవ్య ముక్తగే ||

అంటే, విజ్ఞానవిత్య వస్తువివేకము, వైరాగ్యము మొదలైన సాత్విక గుణాలు మనలో అలవరచుకొన్న కొందరి మనస్సు పరిశుద్ధమై, విషయముల నుండి విముక్తి పొందుతుంది. కనుక బుద్ధిమంతుడైన మోక్షనక్షుడు, విరంతరము దృఢమైన అధ్యాసముతో వివేక వైరాగ్యములను అలవరచుకుంటాడు.

# అనాత్మ నిషేధ యోగం

(నేతి నేతి సూత్ర సాధన)

మానవునికి గల జ్ఞానం రెండు విధాలని వేదాంత శాస్త్రీలు వివరించాయి. మొదటిది అజ్ఞానంవల్ల భాసించే మిథ్యాజ్ఞానం. దీనినే అవిద్య అంటారు. నే నీ శరీరాన్ని, ఈ సంపదలు నావి, ఈ పని నేను చేస్తున్నాను. అనుకునే అహంకార, మమకార, కర్తృత్వ భావం ఏదైతే అందరిలో సర్వసామాన్యంగా భాసిస్తూ ఉంటుందో దానినే మిథ్యా జ్ఞానమని పేర్కొన్నారు. మిథ్యాధార మవడంవల్ల దానికా పేరు సార్థకమైంది.

ఇక రెండవ జ్ఞానం “అహం బ్రహ్మస్మి” (నేనే బ్రహ్మ స్వరూపుడనై యున్నాను) అనే తత్వమక్కాది మహాకావ్యాలు బోధించే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం. ఈ జ్ఞానాన్ని ఆత్మజ్ఞానమని, సమ్యక్ జ్ఞానమని, ప్రజ్ఞానమని కూడా వర్ణిస్తారు. ఈ జ్ఞానమే బ్రహ్మ స్వరూపమని “ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ” అనే మహావాక్యం ప్రబోధిస్తుంది. యోగవాశిష్టం లోని “ప్రజ్ఞా మాహాత్మ్యం”లో వశిష్ట మహర్షి శ్రీరామచంద్రునికి ఈ ప్రజ్ఞను గురించి ఎంతో చమత్కారంగా బోధిస్తాడు. ప్రతిదినం నీళ్ళు పొయ్యడం, సంరక్షించటం లాంటి కార్యాలద్వారా, ఫల ప్రాప్తికోసం, లతను పెంచుతూ వృద్ధి పరచేటట్లు, శాస్త్రార్థ్యయనం, సజ్జన సాంగత్యాల ద్వారా, ఆత్మఫల ప్రాప్తికోసం, సత్య జ్ఞానమనే ఈ ప్రజ్ఞను పెంపొందింప చేసుకోవాలని ఆదేశిస్తాడు. ప్రజ్ఞవేతనే భయంకరమైన సంసార సాగరం దాటబడగలదు గాని, ఇతర యజ్ఞ, తపో, దానాది కర్మల వల్ల కాదని, జగత్తుయొక్క యదార్థ స్వరూపాన్ని ప్రజ్ఞవల్ల గ్రహించినవాడు, ఆపదలకూ, సంపదలకూ వక్కుడు కాదని బోధిస్తూ, వశిష్ట మహర్షి ప్రజ్ఞను గురించి ఇంకా ఇలా చెబుతాడు :-

“వివేకి నమ సంమూఢం ప్రాజ్ఞమాశాగఙోద్ధితః

దోషాన పరి బాధనే సన్నద్ధ మివ సాయకః ॥

అంటే, అప్రమేయ కవచధారిని ఎలా చేదించలేవో, అలాగే వివేక వైరాగ్య సంపన్నుడై, అజ్ఞాన రహితుడైన ప్రజ్ఞాయుక్తుడగు మానవోత్తముణ్ణి, ఆశక్తి జనించే కామక్రోధ లోభ మోహాదులు, రాగ ద్వేషాదులు మొదలైన దోషాలేవీ బాధించలేవు.

అజ్ఞాన కారణంవల్ల ఉద్భవించిన మిథ్యాజ్ఞానాన్ని పోగొట్టుకుంటే ఆత్మానుభూతికి దోహదం చేసే ప్రజ్ఞానం సంప్రాప్తిస్తుందని వేదాంత శాస్త్రీలు విశదం చేశాయి. విరంతర ఆత్మానాత్మ వస్తు విచారంవల్ల మిథ్యాజ్ఞానం నశిసిపోయి, ఆత్మజ్ఞానమైన సమ్యక్ జ్ఞానం సిద్ధిస్తుంది. అంటే, అనాత్మ పదార్థాలైన దేహాది దృశ్య ప్రపంచాదుల యొక్క మిథ్యా స్వరూపాన్ని యదార్థంగా పదేపదే శ్రద్ధతో విచారించడం వల్ల, వాటివల్ల కలుగుతూ ఉండే మిథ్యాజ్ఞానం నశిసిపోయి, సమ్యక్ జ్ఞానం భాసిస్తుంది. మూర్ఖత్వం తొలగిపోయి దైవత్వం భాసిస్తుంది.

ఎంతటి బుద్ధికాలితైనా, అజ్ఞానంవల్ల జనించిన స్థూల, చూక్షూ, కారణ శరీరాది అనాత్మ పదార్థాలన్నీ జడ సముదాయాలనీ, మిథ్యా స్వరూపాలనీ, తాను నిజంగా నామరూపాలు లేని చైతన్య మాతృకనని అనుకున్నంత మాత్రాన ఆత్మజ్ఞానం కలుగదు కదా! ఏవి అనాత్మ పదార్థాలో, అనుభవ పూర్వకమైన దృఢ విశ్వాసంతో, మళ్ళీ మళ్ళీ మననం చేస్తూ, కాటి యదార్థ స్వభావాన్ని మనస్సులో నాటుకునేటట్లు గుర్తించు తుని, అనుభూతిని పొందినవారై వాటిని విసర్జించాలి. ఇలా సంతత పూర్వాభ్యాసంతో ఆత్మ స్వరూపంకంటే భిన్నమై, ఆరోపితాలైన కల్పిత పదార్థాలన్నీ (స్వశరీరంతో సహా) మిథ్యగా నిరసింపబడితే, ఇక మిగిలేది (తన) స్వస్వరూపమే అవుతుంది. అలా శేషించిన తన నిజ స్వరూపం స్వతః సిద్ధము, స్వయం జ్యోతిః స్వరూపము అయి ఎల్ల



ప్పుడూ అంతటా భాసిస్తునే ఉంటున్నది. అటువంటి చిదాత్మ స్వరూపంలో ఆరోపించబడిన అనాత్మ సముదాయాలైన భ్రాంతి భావాలనీ, మిథ్యా గోచరాలైన జగత్ శరీరాదుల్నీ. “నేతి నేతి” అంటే “ఇది కాదు ఇది కాదు”—అవి వాటిని విషేషిస్తూ చేసుకొనబడే మానసిక సాధన, అన్ని ఆత్మావరోధాలను విమూలించుకునే సర్వోత్కృష్టమైన సాధనగా వేదాంత శాస్త్రాల్లో పరిగణించబడింది.

ఆరోపిత జడపదార్థాలైన దేహేంద్రియ ప్రాణాదులను, అనేక రకాల కర్తృత్వ భోక్తృత్వ భావ పరంపరలతో పాతుకుపోయి వున్న దేహాత్మబుద్ధిని సులభంగా వాడుల్చుకోవడం సాధ్యంకాదు కదా! “నేతి నేతి” సూత్రసాధన తీవ్రంగా చేస్తూ, యుక్తితో, వివేకంతో వాటిని విడనాడాలి. దిగ్గరగా ఎన్నిసార్లు పిలిచినా నిద్రిస్తున్నవాడు లేవటం లేదు. గనుక, వానిని చేత్తో కట్టి లేవటం ఎటువంటిదో, “నేతి నేతి” సూత్ర సాధన అటువంటిదని చమత్కారంగా వేదాంత శాస్త్రాల్లో వివరించబడింది. నిద్రవదలి వెళుకువ కలిగినట్లు, అన్ని అనాత్మ పదార్థాలను విడిచిపెట్టడంవల్ల జ్ఞానోదయమై, శేషించిన తానే నిర్విశేష, నిజస్వరూప చైతన్యానందమై భాసిస్తాడు.

సర్వకర్మ కలాపాలకు కారణం దేహాత్మబుద్ధి. ఈ దేహాభిమానం వల్లే సర్వ సంసారాత్మక వాసనలు, సంకల్ప వికల్పాలు కలుగుతున్నాయి. “నేతి నేతి” సూత్రసాధన వల్ల దేహాభిమానాన్నీ, సర్వ దృశ్య జాతాం భ్రమనీ వదలిపెట్టి, కర్తృత్వ భావాన్నీ అహంకారాన్నీ అంతమొందిస్తే, స్వస్వరూపానుభూతి తప్పక కలుగుతుంది. నీళ్ళు వివరిలిపెట్టి పాలని గ్రహించే హంసలా, మిథ్యా స్వరూప నామరూపాత్మకమైన అనాత్మ పదార్థాలను విడదీసి, వాటిని పరిత్యజించి, శేషించిన స్వస్వరూప సద్రూపమైన ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకోవడమే “నేతి నేతి” సూత్రసాధన యొక్క లక్ష్యం. ఈ సాధనను సక్రమంగా చిత్రబుద్ధితో

అచరిస్తే భ్రాంతి స్వరూపాలైన అనిత్య అనాత్మ పదార్థాలనుంచి విముక్తి కలుగుతుంది. “ఏకమేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ” “సర్వం ఖర్విదం బ్రహ్మ”. మొదలైన మహావాక్యాలలో ఇమిడివున్న తత్వ జ్ఞానం అవగాహన అవుతుంది. శరీరమే తాననుకునే దేహాత్మబుద్ధితో, అహంకార మమకార కర్తృత్వ భావాలు కలిగివున్న సాధకునికి, ప్రపంచ మంతా బ్రహ్మస్వరూపమేననీ, భగవంతుడు తప్ప వేరేదీ లేనేలేదనీ బోధించే మహావాక్యాల లోని సత్యాన్ని సులువుగా అవగాహన చేసు కోడం ఎలా సాధ్యమౌతుంది ?

“నేతి నేతి” సూత్ర సాధన ఆధ్యాత్మిక సాధకులకు సాధన చతుష్టయంలో మొదటిదైన నిత్యానిత్య పస్తు వివేకం, రెండవదైన ఇహాముత్ర-ఫల భోగ వితాగం కలుగజేసి, ఆత్మానుభూతికి దోహదం చేసే సర్వోత్కృష్టమైన సాధనా మార్గం. ఏ విధంగా ఈ సాధనా క్రమం అనుష్ఠానం చెయ్యబడుతుందో సూక్ష్మంగా ఇప్పుడు తెలుపబడు చున్నది :

ముందర స్థూల శరీరంలోని వివిధ భాగాలను పరిశీలించుకొనుచూ వాటిలో ఏదీ తాను కాదని సాధకుడు వాటిని వినర్హించాలి. ఎముకలు, నరాలు, రక్త మాంసాదులు మొదలైన జడ పదార్థాల నముదాయాలైన శరీరావయవాలన్నీ స్వయంగా సత్తాస్ఫుర్తలు లేనివని గుర్తించుకోవాలి. చేతులు, కాళ్ళు, మొందెము, మెడ, తల మొదలైన శరీరావయవాలన్నీ ఎముకలు, రక్త మాంసాలు మొదలైన వాటితో నిండివున్న జడపదార్థాలు. తాను ఏ పనులు చెయ్యమలి ఆదేశిస్తే ఆ పనులు చేసే తన పని ముట్టు తప్ప అవి తానెన్నడూ కాదు. తాను యదార్థంగా ఈ స్థూల శరీరానికి భిన్నుడే. తానీ శరీరానిని అని అనుకునే దేహాత్మబుద్ధి అసత్యమైనదేననీ, యదార్థంగా అది భ్రాంతిభావమూ, ఆరోపితమూననీ, అవి వేకం వల్లనే తనకీ అసత్యమైన ప్రవృత్తి కలిగిందని గ్రహించుకోవాలి.

నిజంగా ఈ శరీరం తానెన్నడూ కాదు. జాగ్రదావస్థలో గోచ

రించే ఈ ప్రపంచంలో కానవచ్చు పకుపజ్జిది ఇతర జంతు జాతాలలో ఏదీ తాను కాననీ, తాను మచిషినని విచక్షణచే ఎంత విస్పష్టంగా, నిస్సందేహంగా సాధకుడు తెలుసుకుంటున్నాడో, అంత సుస్పష్టంగానూ, సందేహరహితంగానూ, తనీ జడపదార్థ అవయవ సముదాయమైన శరీరం కాదని సాధకుడు తెలుసుకోవాలి. అనుభవపూర్వకంగా గుర్తించుకోవాలి. అంతట, ఈ నామ రూపాత్మకమైన శరీరం తాను కాకపోతే, నిజంగా తాను ఎవరిననే భావం సాధకుడికి ఉకయింపక తప్పదు. జాగ్రదావస్థలో గోచరించే ఈ దృశ్య ప్రపంచంలోని పకు, పజ్జిది జాతుల్లో ఏదీ తాను గాక, ఎల్లప్పుడూ తనని అంటి పెట్టుకుని ఉండే శరీరమూ తాను గాక పోతే, ఇక మిగిలే తన యదార్థ స్వరూపం ఏదీ ?

స్థూల శరీరం పూర్వ జన్మార్జిత ప్రారబ్ధ కర్మానుసారం విర్ణయింపబడుతుందని ఆధ్యాత్మిక కాస్త్రాని విదితం చేస్తున్నాయి. సూక్ష్మ భూతాలైన భూమి, జలం, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశంయొక్క పంచీకరణం వల్ల ఉత్పత్తి చెంది స్థూల రూపం జాడుస్తుంది. “నేతి నేతి” సాధనవల్ల స్థూల శరీరం తాను కాదని గ్రహించినాడు కనుక, దాని ఉత్పత్తికి కారణాలైన పంచభూతాలు కూడా తన స్వరూపాలు కావని సాధకుడు సులువుగా గుర్తించవచ్చు. పంచభూతాలు తనకు జాహ్యంగా జాగ్రత్ స్వస్థావస్థలలో మాత్రం ఇంద్రియాలకి గోచరిస్తుంటాయి. సుషుప్తావస్థలో స్థూల శరీరంతోపాటు అవి కూడా తనలోలయమై అదృశ్యమౌతాయి. ఇక, స్థూల శరీరం, పంచభూతాని దృశ్య ప్రపంచం, ఇంద్రియ కూటమియైన మనస్సుకు గోచరించేవి గనుక, మనస్సే తన నిజ స్వభావమై ఉండునేమోనని సాధకుడు యోచించుకోవాలి.

మనస్సు-శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధాలైన పంచేద్రీయ విషయ కూటమితో కూడినదై - మనోమయ కోశమనబడుతున్నది. జాగ్రదావస్థలో తనకు కలిగే దేహాత్మభావం, సకల కర్తృత్వ, బోక్తృత్వ భావాలు, అహంకారోత్పత్తి వల్ల, మనో విజృంభణంవల్ల కలుగు

తున్నాయి. మనో విజృంభణమే అనిశ్చలతకు మూలం. జాగ్రత్, స్వప్నావస్థలలో మనస్సు విజృంభిస్తు. కర్తృత్వ, భోక్తృత్వ భావాలను మనకు కల్పిస్తుంటుంది. రాగ ద్వేషాదులు, భయ, ముఖ దుఃఖాదులు మొదలైనవన్నీ మనో కల్పితాలే. సుషుప్తి (గతనిద్ర) లో మనస్సు లీనమై రయమౌతుంది. అంటే సంకల్ప వికల్పాలేవీ లేకపోవడంతో అదృశ్యమౌతుంది. ఇలా అనర్థదాయకమైన సర్వవికారాలను తనకు సంక్రమింపజేసే, మనస్సనే ఈ అవిద్యా ప్రదృప్తి, తన యదార్థ స్వరూపం ఎలా అవుతుందీ? మనస్సు సర్వదా మార్పులు చెందుతూ, పెరుగుతూ, తరుగుతూ, సుషుప్తిలో అదృశ్యమౌతూ, జడ స్వభావమైన దవటంవల్ల, అది తన విజ స్వరూపం ఎంతమాత్రం అవడని గ్రహించుకోవాలి. మనకి గలిగే దేహాత్మ భావం, సకల కర్తృత్వ భోక్తృత్వ భావాలూ మనో విజృంభణం వల్లనే కలుగుతున్నాయని విచక్షణవల్ల తప్పక అవగాహన అవుతుంది. పంచేంద్రియాల ద్వారా జరిగే మనో వ్యాపారమే ప్రపంచ స్మృతికి కారణం. అంటే, జాగ్రదావస్థలో తాను మనస్సునకు వశుడై ఉంటాడు. విషయ వాసనల్లో చిక్కుకుని, మనస్సు కల్పించే దేహాత్మభావం వల్ల పంచేంద్రియాల ద్వారా జనించే సకల ప్రాపంచిక విషయాలూ, రాగద్వేషాదులూ, జీర్ణిపానలూ మొదలైన సర్వ వికారాలు తనవే అనుకుంటూ తన యదార్థ స్వరూపానికి విరుద్ధమైన స్థితిలో ఉండటం జరుగుతోందని స్పష్టంగా విచక్షణవల్ల విదితం అవుతుంది. మనో కల్పితాలైన దృశ్యాలలో నిమగ్నమవటం వల్లనే స్వస్వరూపమైన ఆత్మానుభూతిని పొందలేకున్నాడు. పంచేంద్రియాలకు వశుడై దృశ్య ప్రపంచంచేత ఆక్రమింపబడిన మనస్సు కలవానికి తన స్వరూపస్థితి ఎలా ఉదయిస్తుందీ? కనుక, తాను మనస్సునకు విలక్షణుడనని, మనస్సు తన విజస్వరూపం ఎంతమాత్రం కాదని సాధకుడు తరచి తరచి విచక్షణతో గ్రహించుకుని, మనోమయకోణాన్ని కూడా "నేతి నేతి" సూత్ర విచారణలో విసర్జించాలి.

అన్నమయ కోశమనబడే స్థూల శరీరం, మనోమయకోశమనబడే సూక్ష్మ శరీరం, తన యదార్థ స్వరూపం కాదు తనుక, ఇక శేషించినదేదీ : కారణ శరీర మనబడే ఆజ్ఞానము లేక అవిద్య తన సహజస్వరూప మౌతుందా ? ఆజ్ఞానం, అవిద్య, మాయ - ఈ మూడూ ఒకటే. సత్యమైన దానిని అసత్యంగానూ, అసత్యమైన దానిని సత్యంగానూ తోపజేసే అవిద్యచనియ్యమైన శక్తియే మాయ ఇది భ్రాంతికి సృష్టికర్త. “ఈ శరీరమే నేను” అనుకునే అపోహ భావానికి మూలం. ఇలాంటి అసత్యపు ప్రవృత్తి కలిగిన ఆజ్ఞానం, లేక మాయ, తానెన్నడూ కానవి సాధకుడు విచక్షణతో గ్రహించుకుని, దానిని కూడా “నేతి నేతి” సూత్ర విచారణతో విసర్జించాలి

ఇలా సర్వ అనాత్మ పదార్థాన్ని - పంచ భూతాత్మకమైన దృశ్య ప్రపంచం, స్థూల శరీరం, సూక్ష్మ శరీరమైన మనస్సు, పంచప్రాణాలు, పంచేంద్రియాలు, అహంకారాది సర్వ వికారాలు, కారణ శరీరమైన ఆజ్ఞానం లేక మాయనూ - “నేతి నేతి” సూత్ర సాధనద్వారా విసర్జించిన, ఇక శేషించి ఉండేది ఏదీలేక, మిగిలియున్నది తానేనని, తాను యదార్థంగా నిర్విశేష, విరాకార అనంతమయమగు ఆత్మస్వరూపమేనని వివేచనవల్ల సాధకునకు విదితం అవుతుంది. ఇదే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం. ఈ ఆత్మజ్ఞాన చైతన్యం ఉదయించిన వెంటనే, ఇక స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ మనోమయ చైతన్యాల భ్రాంతి వదిలిపోతుంది. మాయాతత్వం సమసిపోయి ఆత్మతత్వం అవిర్భవిస్తుంది. ఉన్నదంతా శేషించిన అంతిమ దివ్యానుభవమైన ఆత్మజ్ఞానమే అవుతుంది. అదే తన సత్య స్వరూప చైతన్యం - పరమానంద దాయకమైన తన యదార్థ స్థితి - దానిలో సాధకుడు ధ్యాన విమగ్నుడై ఉండిపోతాడు.

విద్యాబుద్ధులు గల ఏ సాటి వివేకవంతులకైనా ఈ సాధన సులభంగా అభ్యసించడానికి అనుకూలమైనదిగా ఉంటుందని కాస్త్రాని విశద

పరిచాయి. ఉపదేశి సాహస్రిలో శంకర భగవత్పాదులు ఈ సాధనవి  
ఇలా వివరించారు :

అమూర్త మూర్తాని చ కర్మవాసన  
దృశి స్వరూపస్య బహిః ప్రకల్పితాః  
అవిద్యయా హ్యత్యాని మూఢ దృష్టిభి  
ర్యస్య పోహ్య నేతీత్య పశేషితో దృశిః ॥

పంచభూతాలైన పృథి, వ్యాస, నైకో, వాయు రాకాశాలలో, - అకాశము, వాయువు అమూర్తి మంతాలు. అనగా మూర్తిరహితమైన (అకార రహిత) భూతాలు. తేజస్సు (అగ్ని), జలము, పృథివి మూర్తిమంతాలు. అంటే, మూర్తి మద్యుతాలు. అకారం గలవి. అజ్ఞానం వలన జాగ్రదా వస్థలో ఈ పంచభూతాలు, అత్మలోనే కల్పించబడ్డాయి. ఇవికాక, శరీరం, పంచేంద్రియాలు, అంతఃకరణ చతుష్టయం కర్మవాసనలు మొదలైన అనాత్మ వదార్థానన్నింటినీ, “నేతి నేతి” అనబడే శృతిచే “ఇవి కావు, ఇవి కావు” అనుకుంటూ వాటిని విషేధిస్తే, ఇక విషేధావధియైన అత్మ మాత్రమే శేషిస్తుంది.

యోగవాకిష్టంలో మహాభక్తుడైన ప్రహ్లాదుడు శ్రీమన్నారాయణుడిని శరణ బొంది, ‘నమో నారాయణాయ’ అనే అష్టాక్షరీ మంత్రాన్ని హృదయంలో ప్రతిష్ఠించుకుని, నిరంతరం శంఖవక్ర గదాధరుడైన విష్ణురూప ద్యావంలో నిమగ్నుడై, చివరకు తానే ఆ విష్ణురూపుడైనట్లు చెప్పబడింది. తరువాత సతతము శ్రీ మహావిష్ణువుని- బాహ్యంగా, మానసికంగా- పూజిస్తూ, ఆరాధిస్తూ, స్తోత్రాలతో గానం చేస్తూ, విత్యానుష్ఠాన పరుడై యున్న ప్రహ్లాదునికి, విష్ణుమూర్తి ప్రత్యక్షమౌతాడు. జనన మరణాది సంసార దుఃఖం మళ్ళీ కలుగకుండా ఉండే పరాన్ని దేనినైనా కోరుకోమని ప్రహ్లాదుణ్ణి ఆదేశిస్తాడు. అప్పుడు ప్రహ్లాదుడు- తాము ఏ వరం నర్వోత్తమమని భావిస్తారో దానినే తనకి ప్రసా

దించమని విష్ణుమూర్తిని ప్రార్థిస్తాడు. అంతట శ్రీ మహావిష్ణువు సమస్త దృశ్య పాదార్థిక భ్రాంతిని పోగొట్టునది. స్వస్వరూప బ్రహ్మనందాన్ని పొందజేసేది అయిన తత్వ విచారం ప్రహ్లాదునికి ప్రసాదిస్తూ, తత్వ విచారపరుడవు కమ్మని ఆదేశిస్తాడు. అప్పుడు ప్రహ్లాదుడు విశిష్టమైన తత్వ విచారాన్ని “నేతి నేతి” సూత్రసాధన ద్వారా ఇలా అనుష్ఠిస్తాడు :

“శరీరదాడదై నడుస్తూ. కూర్చుంటూ, స్వప్రయత్నంతో విషయాలని అనుభవిస్తూ సంచరిస్తూ “నేను నేనని” తనలో దావించే ఈ “నేను” ఎవడు? బాహ్యంగా తనకు గోచరించే ఈ ప్రపంచంలో ఏదీ తాను అవడు. ఎందుకంటే అవన్ని తనకి బాహ్యంగా ఉన్నాయి కదా! స్వయంగా సత్తాస్ఫూర్తులు లేనిది. ప్రాణవాయువులచే చలించబడుచూ, జడస్వరూపమై కొద్దికాలముతో నశించిపోయే ఈ పాదార్థికమైన శరీరము కూడా తాను కాదు. తనకు ఈ శరీరం ఉపాధిగా మాత్రం ఉంటున్నది. అహంకార మమకార రహితమై, ప్రళాంతమై, మంచేంద్రియ భ్రమలకూ ఆతీతమై, సంకల్ప వికల్పకూన్యమైనట్టి శుద్ధచైతన్యమే (అత్మయే) తాను. విషయ రహిత చిన్మాత్రమై, స్వయం ప్రకాశమై, సర్వవ్యాప్తకమై, విష్కలంకమై నిర్మలమైయున్న అత్మ స్వరూపమే తాను. ఈ అత్మ చైతన్యముచేతనే ఘటపటాదులు మొదలు సూర్యుని తరళంతం సమస్త దృశ్యజాతమూ ప్రకాశించబడుచున్నది. అహో! ఈ సర్వజగత్తు- దానికి కారణభూతులైన బ్రహ్మ, విష్ణు, రుద్ర, ఇంద్రాదులతా- యదార్థంగా నిర్వికల్ప, చిదాభాసమైన అత్మస్వరూపమే. ఉన్నదంతా అత్మ ఒక్కచే. వేరేదీ లేదు.”

ఈ విధంగా ప్రహ్లాదుడు, తత్వవిచారణ వల్ల యదార్థమైన అద్వైత మహత్తర సత్యాన్ని అనుభూతి పొందుతాడు. భక్తితో ఇంత వరకూ తనకు సంక్రమించిన ద్వైత భ్రాంతిని పోగొట్టుకుంటాడు.

కీరాతులకు రాజైన సురముడు ఈ “నేతి నేతి” సూత్రసాధనని

ఏ విధంగా అనుష్ఠించాడో కూడా, యోగవాళిష్ఠంలో వివరించబడింది. మాండవ్య మహాముని సురఘరాజుకు ఈ సాధనా విశిష్టాన్ని బోధిస్తాడు. సమస్త దృశ్య అనాత్మ పదార్థాలను (స్వకరీరంతో నహా) పూర్తిగా త్యజిస్తేగాని అత్మానుభూతి కలుగదని సురఘుడికి మాండవ మహర్షి విశదపరుస్తాడు. సర్వోత్కృష్టమూ, స్వయం ప్రకాశమూ, స్వస్వరూపమూ అయిన ఆత్మ ఎంతవరకూ శేషించదో, అంతవరకు సమస్త అనాత్మ జాతాలనీ త్యజిస్తూనే ఉండాలి. ఆత్మ దర్శనానికి సమస్తాన్నీ పరిత్యజించాలి. జాగ్రదాది సర్వావస్థలను, సమస్త దృశ్య పదార్థాలను పరిత్యజిస్తే, ఇక త్యజించడానికి ఏది అశక్యమై శేషిస్తుందో అదే పరమపదమైన ఆత్మస్వరూపం. ఇలా మాండవ మహర్షిచే తత్వ రహస్యాన్ని బోధించబడిన వాడైన సురఘుడు ఉత్తమమైన ఏకాంత స్థలంలో ఉపవిష్టుడై తానెవరినని బుద్ధితో, చిత్తశుద్ధితో స్వయంగా తత్వచింతన చేసుకోసాగాడు.

తను వసిపాలిస్తున్న కిరాత మండలం తాను కాదు. కిరాత మండలం తనది కాదు. ఆ మండలంలోని ప్రజలందరూ తనకు పట్టాభిషేకం కట్టడం వల్ల తను రాజయ్యాడు. ఆ దేశం తనది అనుకోవడం వట్టి మనోకల్పనమే. ఇలా భాసిస్తూ తాను రాజును అనే సంకేతాన్ని త్యజిస్తాడు. తాను రాజుననే సంకేత త్యాగం వల్ల, ఆ రాజ్యనగరాలేవీ ఇక తనవి కావు, తాను అవికాదు. అలాగే తన కుటుంబ పరివారం, భోగాలు, భట, నేనా, వాహనాది సమస్త పటాభిషేకమూ తాను కాదు. అవేవీ తనవి కావు. వాటన్నింటితో తనకి గల సంబంధం కేవలం అంధకార పరంపరా కల్పితం.

తనను బాహ్యంగా అవరించియున్న రాజ్యాదుల్ని ఈ విధంగా ఒదుచ్చుకొని, సురఘుడు, హస్తపాదాది అవయవాలతో కూడుకుని తనని అంటిపెట్టుకొనియున్న శరీరాన్ని గూర్చి విచారిస్తాడు.



దేహంలోని అచేతనాలైన రక్తం, మాంసం, ఎముకలు మొదలైనవేవీ తాను కాదనీ, తామరాకుకి జలంతో సంబంధం కలుగనట్లు, తనకీ, జడపదార్థ సముదాయమైన శరీరంతో ఏ సంబంధం లేదని గ్రహించుకుంటాడు. అచేతనమైన, జడమయమైన కర్మేంద్రియాలు, చేతనుడైన తాను ఎలా అవుతాడు? జడస్వభావాలైన, అసత్యాలైన బుద్ధింద్రియాలు కూడా తాను కాదు. అవి జాగ్రదావస్థలో మాత్రమే తాత్కాలికంగా తనకు సంక్రమిస్తున్న మిథ్యాస్వరూపాలు. సఃసార శ్లేశాలన్నింటికీ మూలమైన మనస్సు కూడా తాను కాదు. అది కూడా జడమైనదే. అలాగే అహంకారం, బుద్ధి కూడా తాను కాదు. అవన్నీ మనోమయకోశానికి చెందినవై, మనస్సు యొక్క విభిన్నరూపాలే.

ఈ ప్రకారం దేహాది సమస్త అనాత్మ జాతాన్నింటినీ, అవేవీ తాను కాదని సురముడు విసర్జిస్తాడు. తడవాత సర్వసాక్షియైన చైతన్యముచే (ఆత్మచే) ప్రకాశింపబడుతున్న జీవదృశ్యాలన్నింటినీ ఈ విధంగా “నేని నేని” సాధనా ప్రక్రియచే త్యజించి, చివరకు విషేషించడానికి ఏదీలేక, శేషించిన సాక్షిభూతమైన శుద్ధ వికల్పరహిత చిద్రూపమైన ఆత్మయే తానని నిశ్చయబుద్ధి కలిగి, తాను ఆ ఆత్మస్వరూపుడై ఎప్పటి నుండియో యున్నానని గ్రహించుకుని కృతార్థుడౌతాడు.



త్యాగ ఏవహి సర్వేషాం

మోక్షసాధన ముత్తమం॥

తా॥ మోక్ష సాధనములలో త్యాగమే సర్వోత్కృష్టమైనది. త్యాగమే తే సమస్త అనాత్మ పదార్థ విసర్జనము.

# ప్రార్థన

“యద్భావం తద్భవతి” - ఏది భావిస్తే అది అవుతుంది. సత్య స్వరూపాన్ని సతతం భావిస్తూ ప్రార్థిస్తూంటే, మనం మన సహజ సత్య స్వరూపంతో భాసిస్తాం. మన సత్య స్వరూపం దానంతట అదే ప్రకటిత మౌతుంది. మనకు సంక్రమించిన కృత్రిమమైన దేహాత్మ భ్రాంతి వదిలిపోతుంది. జగత్తంతా మనః కల్పితమని విదితం అవుతుంది. అదంతా మన సత్య స్వరూపం నుంచి వెలువడుతుందే భ్రాంతి భావమే కాని, యదార్థమైనది కాదని అవగాహన అవుతుంది. ఉన్నదంతా సత్య స్వరూపం ఒక్కటే; అది తప్ప వేరేదీలేదు - అనే అద్వైతజ్ఞానం ఉదయిస్తుంది. ఆ సత్యస్వరూపానికి అన్యమై ఉన్నట్లు గోచరించేవన్నీ అసత్యాలైన భ్రాంతులనీ, నిజంగా లేనివేననీ దృఢమైన నమ్మకం కలుగుతుంది.

ద్వైతమంతా - దేహమే నేననుకునే అవివేకపు భావం వర్జన - ఉన్నట్లు భాసిస్తున్నది. దేహం నేను కాదనుకొనే వివేకం ఎప్పుడు ఉదయిస్తుందో, అప్పుడు అంతా అద్వైతమే. కనుక, యదార్థమైన దైవ ప్రార్థన శ్రద్ధగా జ్ఞానంతో చేసుకునే ఈ తత్త్వవిచారమే అవుతుంది. ఆ ప్రార్థన ఈ రకంగా చేసుకోవచ్చు -

“దేహో నాహం” - ఈ దేహాన్ని నేను కాదు.

అహం నిరాకార	}	నేను నిరాకారమైన
చైతన్య స్వరూపం		చైతన్య స్వరూపుడను
నిత్య సత్య అఖండ	}	నిత్యమైన, సత్యమైన అఖండా
అనంద సర్వస్వరూపం		నందమైన, సర్వస్వరూపుడను.

ఇలా విరంతరం భావిస్తూ ధ్యాన నిమగ్నుడైన వానిలో వివేకం ఉదయించి, దేహం తాను కాదనెడి అనుభవజ్ఞానం తప్పక కలుగుతుంది,

దేహాత్మ భావాన్ని పోగొట్టుకోవటమే ఉత్తమమైన ప్రార్థన యొక్క లక్ష్యం.

యోగ వాశిష్టం ఉపశమ ప్రకరణంలో శ్రీ రామచంద్రమూర్తికి వాశిష్టమహర్షి ఇలా బోధిస్తారు -

అయమేవాహ మిత్యస్యా నిశాయా ఉదితే క్షయే ।

స్వయం సర్వగతః స్ఫురః స్వారోకః సంప్రవర్తతే ॥

అంటే, శరీరం నేననుకునే ఆజ్ఞానపు దేహాత్మ భ్రాంతి అనే చీకటి (రాత్రి) నశించినంతనే, మన నిజస్వరూప చైతన్యం సర్వవ్యాపకమై సమస్తమూ తానేయై- తనంతటతానే దేదీప్యమానంగా ప్రకాశిస్తుంది.

శరీరంతో తాదాత్మ్యమే మహాతమస్సు (ఆజ్ఞానం). దీనిని పోగొట్టుకోవటానికి నదృద్ధి కలిగి, వివేక వైరాగ్యాదులతో చేసే పురుష ప్రయత్నమే నిక్కమైన ప్రార్థన అవుతుంది. దేహాత్మ భావాన్ని పోగొట్టుకోవడానికి దారి చూపుతూ శంకర భగవద్వాడు వివేక చూడామణిలో జిజ్ఞాసులకు ప్రసాదించిన ఈ క్రింది పవిత్ర శ్లోకాలు కూడా గమనార్హం. :-

శర్యతాశి ర్మాంసలిప్తో మలిపూర్ణోఽతి కశ్యపః

కథం భవేదయం వేత్తా స్వయమే తద్విలక్షణః ॥ (161)

అంటే, ఎముకల ప్రోగులు, మాంసము, మలము మొదలైన అసహ్యకరమైన జడపదార్థాలతో నిండి, అతి హేయమైన ఈ స్థూల శరీరం, దానిని తెలుసుకునే సర్వజ్ఞాతయైన ఆత్మ ఎలా అవుతుందీ? మలిన పదార్థాల సమ్మేళనమై, జడమైన శరీరం కంటే ఆత్మ స్వయంగా ఎప్పుడూ విలక్షణమే.

త్వత్కాంక్షాన మేదోఽస్తి పురీష రాశా  
 పహం మతిం మూఢజనః కరోతి  
 విలక్షణం వేత్తి విచార శీలో  
 విజన్వరూపం పరమార్థ భూతమ్

(182)

అంటే, చర్మము- మాంసము- మేధస్సు- మతిమూత్రాలు మొదలైన జడవదార్థ సముదాయమైన ఈ శరీరాన్ని మూఢమానవులు అజ్ఞానం వల్ల 'నేను' అని భావిస్తూ దేహేంద్రియ కలాపాల్లో నిమగ్నులై ఉంటారు. కాని, వివేక వైరాగ్య సంపన్నుడైన జ్ఞాని దేహమునకు తాను విలక్షణుడనని విచారణచే గ్రహించుకుని, తన విజన్వరూపం పరమాత్మ స్వరూపమని అవగాహన చేసుకుని ఆనందిస్తాడు.

మనిషి సర్వానర్థాలకీ మూలకారణం "శరీరమే నేను" అనుకునే దేహాత్మ భావమే. దీనినే అహంకారం అంటారు. ఈ అహంకారాన్ని మూడుతరాలు గల సర్పంగా వేదాంతకాస్త్రాన్ని వర్ణిస్తాయి. అవే సత్వ రజస్తమో గుణాలు. ఈ మూడుతరాల సర్పం సచ్చిదానంద స్వరూపమైన మన విజన్వరూపాన్ని మరుగుచేస్తూ, దేహమే నేననుకునే దేహాత్మ భావాన్ని ప్రజ్వలించ చేస్తున్నది.

మనవి దేహులుగా మనం భావిస్తున్నంత కాలం మన విజన్వరూపమైన ఆత్మ మనకు దక్కదు. మనం జాగ్రదవస్థలోకి రాగానే కలిగే నేననే భావమే జీవుడు అనబడుతున్నది. ఈ భావం స్థూలరూపం దాల్చిన శరీరాన్ని, ఇంద్రియాలనీ ఆవహిస్తుంది. గాఢ నిద్రలో ఈ నేననే తలంపు అంతర్హితమవడం వల్ల, శరీరం, మనసు, ఇంద్రియాలు, ప్రపంచం అన్నీ అదృశ్యమవుతాయి. ఇవన్నీ నేననుకునే అహంకారానికి చెందినవే కాని, వీటికి విడిగా యధార్థమైన ఉనికి లేనేలేదని తత్వవిచారం వల్ల గ్రాహ్యమౌతుంది. అంటే అహంకారం వల్లే ఈ శరీరాదులన్నీ వెలువడుతున్నాయి గానీ, అహమనేది లేకపోతే ఇవన్నీ లేనివే అవు

తా. ఈ యదార్థాన్ని అవగాహన చేసుకుని, సక్రమమైన, వేదాంత పరమైన, ఆధ్యాత్మిక పరిప్రదమైన ప్రార్థన చేసుకుంటే తప్పక మంచి ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి సిద్ధిస్తుంది.

“దేహోనాహం- ఈ దేహాన్ని నేను కాను. ఈ దేహమే నేను కానప్పుడు దేహానికి సంబంధించిన ధన- దారా- పుత్రాదులన్నీ నావి ఎలా అవుతాయి? నేను దేహాతీతమైన సర్వవ్యాపకమైన సత్యచిదానంద స్వరూపుడను. నా కంటే అన్యమైవదేదీ లేదు. అలా అన్యమైనదిగా భాసించేవన్నీ నా యొక్క మిథ్యాస్వరూపాలే. నేను మాత్రం వాటిని అంటక అసంగస్వభావుడనై ఉంటాను” ఈ రకంగా సాగించే జ్ఞానానుష్ఠానమే అసలైన, అత్యుత్తమమైన దైవప్రార్థన అవుతుంది.



న తదస్మి జగత్కృతే శుభ కర్మానుపాతితా  
యత్పూర్వేణ శుద్ధేన న సమ సాద్యతే జనైః ॥ (యో. వా.)

తా॥ మంచి మనస్సుతో శుభ కర్మానుష్ఠానపరమైన పరిశుద్ధ పురుష ప్రయత్నంవల్ల ఈ ప్రపంచంలో జనులచేత సాధించలేని వస్తువేదీ లేదు.

తచ్చిస్తనం తత్కథన మన్వోన్యం తత్తత్ప్రబోధనమ్  
ఏతదేక పరత్యం చ తదభ్యాసం విదుర్బుధాః ॥ (యో. వా.)

సదా పరబ్రహ్మమును గూర్చియే చింతన చేయడం, దానిని పరస్పరము వివరించుకొనడం, ఇతరులకు దానిని గూర్చి ప్రబోధ చెయ్యడం, ఆ యొక్క దాని మీదే మనస్సును లగ్నంచేసి నిష్ఠకలిగి యుండడం - ఇలాటి ఉత్తమ బ్రహ్మనుష్ఠానాన్ని విశిష్టమైన జ్ఞానాలు అభ్యాసమని చెబుతారు.

# జ్ఞానం

ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాల అధ్యయనంవల్ల తెలియబడేదంతా ఆధ్యాత్మిక విషయం (Spiritual Information). అది ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం అనుకోవడం హాస్యాస్పదమే అవుతుంది. ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు ఎన్ని చదివి ఎంత ఆధ్యాత్మిక విషయం తెలుసుకున్నా, వివేక వైరాగ్యాలతో సాధన చెయ్యండి, అవగించిత జ్ఞానం కూడా అబ్బదు. ఆధ్యాత్మిక గ్రంథ వఠనం ఎంత ఎక్కువగా చేస్తే అంత ఆధ్యాత్మిక పాండిత్యం లభించవచ్చు. అది ఆ పండితులకు చమత్కారంగా రచనలు వ్రాయటానికి, ఉపన్యాసాల ద్వారా ప్రజలను రంజింపజేసి పేరు ప్రతిష్ఠలు సంపాదించడానికి ఉపయోగించవచ్చు. అయితే, ఇలాంటి పాండిత్య ప్రతిభను జ్ఞానం అనుకుంటే, అది అత్యవంచన చేసుకోవడమే అవుతుంది. అది శంకరులు ఈ విషయాన్ని వివేకచూడామణిలో ఎంత చమత్కారంగా ఈ క్రింది స్లోకంలో చెబుతారో గమనార్హం :

వాగ్మైఖరీ శబ్దరురీ కాత్రవ్యాఖ్యాన కౌశలం

వై ఉష్యం విదుషాం తద్వద్భుక్తయే నతుముక్తయే (వి.చూ. 60)

అంటే, పండితుల ఉపన్యాస కౌశలం, మాటలాడి ప్రజలను రంజింపజేయు నైపుణ్యం. కాస్త్రాలకి చమత్కారంగా వ్యాఖ్యానం చెయ్యగలిగే చాతుర్యంలాంటి పాండిత్య ప్రతిభ, భుక్తికొరకు ఉపయోగిస్తుండే కాని, ముక్తికోసం కాదు.

జ్ఞానం సాధనవల్ల జనించి, సాధనవల్ల పెంపొందుతూ, విరంతర సాధనవల్ల లక్ష్మసిద్ధియైన ఆత్మానుభూతిలో లయించిపోతుంది. అదీశంకరులు ఎంతో చమత్కారంగా “అత్మబోధ” పంచమ స్లోకంలో యిలా చెబుతారు :-

అజ్ఞాన కలుషం జీవం జ్ఞానాభ్యాసాద్ వినిర్మలం

కృత్వాజ్ఞానం స్వయం నన్యేజ్జలం తకరేణువత్ ॥

అంటే, ఇండుపుకాయ గంధం (లేక పొడి) మట్టి నీళ్ళను పరిశుభ్రపరచి తాను అద్భుతమౌతుంది. అలాగే జ్ఞానం నిరంతర సాధనవల్ల - దేహాత్మ బుద్ధికలిగి అజ్ఞానపు మాలిన్యంతో పున్న - జీవుణ్ణి పవిత్రుని గావించి తాను మాయమౌతుంది.

“అహం బ్రహ్మస్మి”, తత్త్వమసి” ఇత్యాది మహావాక్యాలు బోధించే మహత్తరమైన ఆత్మ తత్వంలో అనుభూతిని పొందడమే జ్ఞానం. అదే ప్రజ్ఞానం. ఈ జ్ఞానంవల్లే, దేవివల్లా సాధ్యంకావి, అజ్ఞానపు మాలిన్యాలన్నీ నశించిపోతాయి. అజ్ఞానపు మాలిన్యాలంటే ఆత్మావరోధాలు - పంచభూతాలు, ప్రపంచం, శరీరం, మనస్సు, వందేంద్రియాలు, పంచ ప్రాణాలు, వాసనాత్రయమైన దేహవాసన, లోకవాసన, శాస్త్రవాసన, రాగద్వేష, హర్ష శోకాదిగుణ, వికార సముదాయాలు - ఇవన్నీ ఆత్మావరోధాలే. వీటిని అడిశంకడలు అజ్ఞానపు కట్టెలుగా వర్ణిస్తారు. ఎంత కాలం అజ్ఞానం ఉంటుందో, అంతకాలం మాత్రమే ఇవన్నీ ఉంటాయి. జ్ఞానాన్ని రగుల్కొని మండుతోంటే, ఈ అజ్ఞానపు కాష్టాలన్నీ అందులో దగ్ధమై నశిస్తాయి. “ఆత్మబోధ” 42వ స్లోకంలో అడిశంకడలు ఇలా చెబుతారు.

“ఏవమాత్మా రణౌద్యాన మధనే సతతం కృతే :

ఉదితా వగతిర్ద్వాలా సర్వాజ్ఞానేంద్రనం దహేత్ ॥

అంటే, నిరంతరం ఆత్మధ్యానం (స్వస్వరూపాను సందానం) తీవ్రతరంగా వెయ్యడంవల్ల, జ్ఞానాన్ని రగుల్కొని అజ్ఞానపు కట్టెలను పూర్తిగా ధహించివేస్తుంది.

జ్ఞానాన్ని రగుల్కోదానికి ఇంధనం అత్యవసరం. అంటే, గోచరించే దృశ్యాలు, జడస్వరూపాలు ఆయిన ప్రపంచం, శరీరం, పంచేంద్రియాలు, అంతఃకరణ చక్షుష్టయం అనబడే మనస్పితృ బుధ్య హంకారాలు- ఇవన్నీ మిథ్యాస్వరూపాలనీ ఆరోపిస్తారు. అసత్యాలేకాని యదార్థమైనవి కావని నిశ్చయించుకొని, లోషల, వెలుపల అంతటా నిండి నర్వావస్థలలోను ప్రకాశిస్తూండే చైతన్య స్వరూపమైన బ్రహ్మాన్ని నేనే అయి వున్నానని అనుభూతి చెందడమే జ్ఞానం ఇలాంటి అత్యుజ్జ్వలం కలిగిన వెంటనే దేహాత్మభావం వదలిపోతుంది. అనాత్మ ప్రవృత్తులన్నీ వట్టి భ్రాంతులే కాని యదార్థాలు కావని విదితం అవుతుంది. అవన్నీ స్వప్నసమానంగా ఆ జ్ఞాని గ్రహిస్తాడు. ఇలాంటి తెలివిని (Self-Consciousness) పొందిన వెంటనే అన్ని అనాత్మ భ్రాంతులు అతనిలో లయించి పోతాయి. ఈ తెలివిమే అత్యుజ్జ్వలం. ఈ తెలివితో నర్వకాల నర్వావస్థల్లోను స్థిరత్వం కలిగి ఉండడమే జ్ఞానసిద్ధి. సమ్యక్ జ్ఞానమనే ఈ తెలివిని సాధించాలంటే, అత్యవిచారణతో దృఢమైన విరంతర ధ్యానాభ్యాసం అత్యవసరం. పుస్తక పఠనంవల్లా, పాండిత్యం వల్లా ఇది సాధ్యమయేది గాదు.



యత్పరం బ్రహ్మ సర్వాత్మా విశ్వస్యాయ తనం మహత్

సూక్ష్మాత్ సూక్ష్మతరం నిత్యం తత్త్వమేవ త్వమేవ తత్ ॥

(కైవల్యో పనివత్తు)

తా॥ ఏది పరబ్రహ్మ స్వరూపమో, ఏది అందరిలోను, అన్నింటియందు అంతరాత్మగా ఉంటున్నదో, విశ్వాని కంతటికీ ఏది మహత్తరమైన ఆధారమో, ఏది సూక్ష్మమైన దానికంటే కూడా మిక్కిలి సూక్ష్మమైనదో, ఏది నిత్యమైనదో - అది నీవే. నీవే అది.



# ఆత్మ విచారణ

(అపరోక్ష జ్ఞానం)

ఎల్లప్పుడూ ఉంటున్నదేదో అదే ఆత్మ. ఏది తెలియబడుచున్నదో, అదంతా అనాత్మ. తెలియబడుచున్న అనాత్మ జాతమతా, ఆత్మ ఉండటం వల్లనే తెలియబడుచున్నది. కాని, ఆత్మ దేనిచేతనూ తెలియబడదు. ఎవరూ ఆత్మను తెలుసుకోలేరు. ఆత్మ తెలుసుకోబడే విషయం కాదు కదా !

ఎవరైనా నేను ఆత్మను తెలుసుకున్నానని అంటే అది వట్టి అబద్ధమే అవుతుంది. తమ అహంకార భావాన్నే ఆత్మ సాక్షాత్కారమని అనుకుంటూ, కొందరు హాస్యాస్పదమైన అపోహలలో భ్రమిస్తూ ఉంటారు. కొందరు తమ ఆధ్యాత్మిక వ్యక్తిత్వాన్ని, ఆత్మానుభవంగా భావిస్తూ ఊహా ప్రపంచంలో విహరిస్తూ ఉంటారు.

తెలియబడేదంతా అబద్ధమైన మిథ్యా స్వరూపమనీ, యదార్థంగా లేనిదేననీ, ఏది తెలియబడనిదో అదే ఎల్లప్పుడూ ఉండే నత్యస్వరూపమని గ్రహించుకోవడమే తెలివి. ఇలా తెలుసుకునే ఈ తెలివి నిత్యా నిత్య వస్తువివేకం వల్లనూ, నిరంతర ఆధ్యాత్మిక సాధన వల్లనూ కలుగుతుంది. ఇది ఆత్మానుభూతికి క్రింది మెట్టు.

అయితే, అలా తెలుసుకునే ఆ తెలివి, లేక ఎరుక కూడా తెలియబడేదే కదా !.... అవును.... అది కూడా తెలియబడేదే. కనుక, విస్మయదేహంగా, అది కూడా అబద్ధమైన మిథ్యాస్వరూపమే అవుతుంది. ఎప్పుడైతే తెలియబడేవన్నీ అబద్ధమని తెలుసుకున్న ఆ తెలివికూడా సాధకునికి తెలియబడదో, అదే పరమ మౌనావస్థ. శుద్ధచైతన్యము. శురీయా

నందస్థితి. ఈ దివ్యానుభవమే ఆత్మానుభూతి. అనగా తెలియబడే సర్వ ఆనాత్మజాతము నుండి విముక్తి పొందడమే ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి లక్ష్యం. ఆత్మానుభూతికి క్రింది మెట్టు. పరమానందమైన దివ్యత్వానికి అదే అంతిమ సోపానం.

ఈ విషయం ఎంత విస్పష్టంగా, చమత్కారంగా కేనోపనిషత్తులో చెప్పబడిందో ఈ క్రింది శ్లోకాలు చూస్తే తెలుస్తుంది :-

అన్యదేవ తద్విదితా దధో అవిదితా దధి

ఇతి శుశ్రుమ పూర్వేషాం యేన స్తద్ వ్యాచవక్షిరే ||

అనగా, తెలియబడే వాటిని తెలుసుకుంటున్న తెలివికంటే, అది (ఆత్మ) నిశ్చయంగా విలక్షణమైనది. ఇంతేగాక, తెలియబడక అవ్యక్తంగా ఉండే దానికంటే కూడా. అది (ఆత్మ) అతీతమైనది. ఈ విధంగా ఉత్కృష్టమైన విషయాన్ని మా పూర్వీకులైన ఆచార్యులు మాకు తెలువగా విన్నాము.

శ్రోత్రస్య శ్రోత్రం మనసో మనోఽదో

వాచోహ వాచం స ఉ ప్రాణస్య ప్రాణః

చక్షుషశ్చ జీరతి ముత్య దీరః

ప్రేత్యాస్మల్లోకా దమృతా భవన్తి

అనగా, ఆత్మకత్తి చేతనే చెవులు వినగలుగుచున్నవి. కళ్లు చూడగలుగుచున్నవి. నోరు మాట్లాడగలుగుచున్నది. మనస్సు సంకల్పించ గలుగుచున్నది. జడసముదాయములైన ఇంద్రియాలుకూ, మనస్సుకూ, ప్రాణాలకూ ఆత్మ విలక్షణమైనది తెలుసుకున్న బుద్ధిమంతుడు, విజ్ఞానపు మాలిన్యం వదలినవాడై, తన నిజ స్వరూపం అయిన ఆత్మను గుర్తించుకొని అమరమౌతాడు.

దేవిని మనస్సు గ్రహించలేదో, అయితే దేవిచేత మనస్సు సర్వ

మునూ గ్రహించుచున్నదో, దేనిని దృష్టి చూడలేదో, కాని దేనిచేత చక్షువులకు దృష్టి కలుగుచున్నదో, దేనిని చెవులు వినులేవో, అయినను దేనిచేత చెవులకు వినికిడి శక్తి కలుగుచున్నదో, దేనిని ఘ్రాణేంద్రియము (నాసిక) వాసన చూడజాలదో, కాని దేనివలన దానికి వాసన చూచు ప్రవృత్తి కలిగినదో, అదియే అత్య స్వరూపమని కేనోపనిషత్తు నందు ఎంతో స్పష్టంగా వివరింపబడినది.

తెలియబడేవి ఏవో, వాటి నుండి విముక్తి పొందడం ఎలాగో ఉపనిషత్తులు వివరించాయి. సూక్ష్మంగా చెబితే, వినేవి, తాకేవి, చూసేవి, తినేవి, ఘ్రాణించేవి, గ్రహించేవి, పని చేసేవి— ఇవన్నీ తెలియబడేవి. అయితే, ఇవి ఎల్లప్పుడూ తెలియబడేవి కావు. అందుకే వీటిని మిథ్యా స్వరూపాలనీ, నిజంగా లేనివేననీ ధృవపరిచారు. ఎప్పుడైతే నిద్రానంతరం మెళుకువ అనబడే జాగ్రదావస్థ లోనికి ప్రవేశిస్తామో, అప్పుడే ఇవన్నీ తెలియబడతాయి. జాగ్రదావస్థలోనికి రాగానే అహంకారం ఉద్భవించి, ప్రపంచం గోచరిస్తుంది. స్థూల శరీరానికి ప్రతినిధిగా బయలుదేరిన “నేను” అనే ఒక అసత్యపు భావమే ఈ అహంకారం.

ఇది దేహాత్మ బుద్ధితో బహిర్ముఖమై, ఇంద్రియాలద్వారా భాసించే ప్రపంచాన్ని, విషయాల్ని తెలుసుకుంటుంది. సమస్త కర్తృత్వ భోక్తృత్వ కార్యకలాపాలను నిర్వహిస్తూంటుంది. దీనినే వైశ్వానరుడంటారు. జాగ్రదావస్థలోని ఈ వైశ్వానరుడు అలసట జేంది నిద్రిస్తుంటే స్వప్నాలు కలుగుతుంటాయి. అప్పుడు దేహాత్మ భావము, అహంకారత్వము సూక్ష్మత్వం పొంది, తెలియబడక అజ్ఞాతంగా ఉండిపోతాయి. మనస్సొక్కటే పని చేస్తుంటుంది. ఈ స్వప్నావస్థలో, జాగ్రదావస్థ లోనివేవీ తెలియబడక మనసు కల్పించేవేవో క్రొత్త విషయాలు తెలియబడుతుంటాయి. ఇలా ఆ స్వాప్నిక విషయాలను, స్వప్నావస్థలో గ్రహిస్తూండే దానిని, తైజసు డంటారు.

ఇక సుషుప్తి అనబడే గాఢ నిద్రావస్థలో, ఇవేవీ అసలు తెలియబడవు. అన్ని విషయాలు, అనుభవాలు కరిగిపోయి ఒక సూక్ష్మమైన చైతన్యంలో లయించి పోతాయి. ఎరుక కాని, స్మృతి కాని, ఎట్టి మనోవికారము కాని లేక ప్రశాంతముగా ఉండిపోతుంది. ఇలా సుషుప్తావస్థలో ఉండే దానిని ప్రాజ్ఞుడంటారు. ప్రతి నిత్యము ఈ మూడవస్థలలో ఉంటూ వైశ్వానరుడని, తైజసుడని, ప్రాజ్ఞుడని అవస్థా బేధమును బట్టి పిలువబడుతూ, మనుగడ సాగింగే అహంకారపు ప్రకృతియే, జీవుడనబడుచున్నది.

శరీరమే నేను అనుకునే అహంభావమే జీవత్వం. అహంకార భావోత్పత్తి వల్లనే, తెలుసుకునేవాడు, తెలిసి, తెలియబడేవి అనే మూడు ఉద్భవిస్తున్నవి. వీనినే ద్రష్ట, దృక్కు, దృశ్యము అంటారు. సూక్ష్మంగా విచారిస్తే, ఈ “నేను నేన”ని భాసిస్తుండే అహంకారం నిజంగా శరీరానికి ఎలా చెందుతుంది? శరీరం వట్టి జడ పదార్థ సమ్మేళనం. దానిలో ఎక్కడ వెదికి చూసినా, చర్మము, మాంసము, రక్తము, ఎముకలు, నరములు మొదలైన జడ పదార్థాలే తప్ప “నేను” అనేది ఏ మూలాగోచరించదు. ఇలాంటి శరీరానికి, అహంకార బుద్ధి కలగడం అనంభవమే.

ఇక, నామరూపాలే లేవి, కుద్ధ చైతన్య స్వరూపమైన ఆత్మకు “నేను” అనే తలంపు కలుగడానికి అవకాశమే ఉండదు. ఆత్మ అనంతము. దానికి ఒక స్వరూపము, ఉనికి లేనేలేదు కదా! ఇటు శరీరానికి, అటు ఆత్మకు చెందనిదైన, ఈ అహంకార భావం అవాంతరంగా తోచే భ్రాంతి భావమే కాని యదార్థం కాదని విచక్షణవల్ల తప్పుక తెలిసిపోతుంది. జీవుడనే వాడుగా భాసిస్తున్న ఈ అహంకారపు భ్రాంతియే నకల అనర్థాలకూ మూలమై, మన విజస్వరూపమైన ఆత్మానుభూతిని అటంక పరుస్తున్నదన్నదని నిస్సందేహంగా ధృవపరచుకొనవచ్చు. జాగ్రదావస్థలో ఈ “నేను” అనే భ్రాంతి భావము ఉత్పన్నమవటము వల్లనే,

మనస్సు, ఇంద్రియాలు, విషయాలు అన్నీ తెలియబడుతున్నాయి. అనుభవానికి వస్తున్నాయి.

అందుకే ఈ అహంకార భావాన్ని ద్రష్ట అన్నారు. ఈ ద్రష్ట లేకపోతే తెలియబడే దృశ్యాలేవీ తెలియబడవు. ఈ ద్రష్ట, లేక అహంకారం వట్టి భ్రాంతి భావమేగాని యదార్థమైనది కాదని తెలిసిపోయినది. కనుక, ఆ ద్రష్టచే తెలుసుకొనబడే దృశ్యములన్నీ వాస్తవము లెలా అవుతాయి? అవన్నీ కూడా వట్టి అసత్యములే అవుతాయి. భ్రాంతి భావాలు యదార్థ విషయము లెన్నడూ కాజాలవు. ద్రష్టయే మిథ్య అయినపుడు, దృక్కు, దృశ్యాలుకూడ మిథ్యా స్వరూపాలే. యదార్థంగా ఉండేవి ఎంత మాత్రమూ కాజాలవు.

ఇక, ఈ భ్రాంతి స్వరూపమై “నేను నేన”ని భాసిస్తున్న అహంకారం ఎవరని. ఎక్కడ నుండి ఉద్భవించినదని, విచారించుకోవాలి. ఇదే ఆత్మవిచార సాధన. సర్వోత్కృష్టమైన సత్య వస్తు పరిశోధన, విశ్చలమైన, ప్రశాంతమైన ప్రదేశంలో సుఖాసీనుడై, అంతర్ముఖుడై ఏకాగ్ర చిత్తంతో శ్రద్ధగా అలా విచారణ సాగిస్తూంటే చివరకు, ‘నేను నేన’ని భాసించే అహంకారం లేనిదేయై, సాధకుడు తనకు తానేయై, మిగిలిపోతాడు. తనకు తానే మిగిలేదేదో అది అనుభవైక వేద్యము. అది తెలియబడేది కాదు. స్వయంప్రకాశమై విలసిల్లే సత్చిదానందము. ఈ ఆనందానుభవమే ఆత్మానుభూతి.

భ్రాంతి, అజ్ఞానము, మాయ- ఇవన్నీ “నేను” అనేది ఉండటమే. ఎప్పుడైతే అది ఉండదో, ఎల్లప్పుడూ అంతటా ఉంటున్న, అఖండము, ఆనందము, పరిపూర్ణము అయిన ఆత్మ, ఉన్నదంతా తానే అయి ప్రకటిత మౌతుంది. ఇదియే అద్వైతానుభూతి. ఆత్మానుభూతియే అద్వైతానుభూతి. ఉన్నదంతా ఒక్క ఆత్మ స్వరూపమే అయి (తానే అయి) వేరేదీ గోచరించని ఆ ఆనందానుభవమే అపరోక్ష జ్ఞానము.

# సోహంభావ సాధన

శ్లో॥ దేహో దేవాలయః ప్రోక్తో  
జీవో దేవస్సనాతనః  
త్యజే ద జ్ఞాన నిర్మల్యం  
సోహం భావేన పూజయేత్ ॥

సర్వోత్కృష్టమైన సాధనా మార్గం ఈ శ్లోకంలో సూచింపబడింది. ఈ సాధనాక్రమాన్ని అవలంబించే సాధకునికి దేహమే దేవాలయం, తాను దేహాంకంపై విన్నదనని, దేహేంద్రియ వ్యాపారాలకు అతీతుడై, వాటి సర్వ కార్యకలాపాలకు కారణుడైన వాదీనని శాస్త్రజ్ఞానంవల్ల అతనికి అవగాహన అయింది. దృఢమైన నమ్మకం కుదిరింది.

మజ్జి, ఎముకలు, రక్తం, మాంసం, చర్మం మొదలైన పదార్థాలచే నిర్మితమై, జడ సముదాయమైన శరీరాన్ని తొమ్మిది ద్వారాలుగల పురంగా వేదాంత శాస్త్రాలు వర్ణించాయి. శ్వాతాశ్వతరోపనిషత్తులో శరీరం ఒక పట్టణంగా ఇలా వర్ణించబడింది :-

నవద్వారే పురేదేహీ  
హంసో లేలాయతే బహీః  
వశీ సర్వస్య లోకస్య  
స్థావరస్య చరస్య చః ॥

అంటే, తొమ్మిది ద్వారాలుగల పట్టణమైన ఈ దేహంలో నివాసంచేస్తూ, బాహ్య ప్రపంచంలో నంచరిస్తూ, క్రీడాకార్యాలన్నింటిలో దేహేంద్రి

యాలతో వెలియుచు, సర్వ చరాచర ప్రపంచాన్ని పాలిస్తుండేది ఆయనే  
(ఆత్మయే)

**కరోవనిషత్తులో కూడా శరీరం పురంగా వివరింపబడింది :-**

పురమేకాదశ ద్వార

మజస్యా వక్ర చేతనః

అనుష్ఠాయ న శోచతి

విముక్తశ్చ విముచ్యతే, ఏతద్ వైతత్

అంటే, సాత్వికుడైన సాధువర్తనడికి ఈ శరీరం ఒక పురం, లేక పట్టణంలా ఉపయోగపడుతుంది. పురమంటే ఈ శరీరంలో వ్యవహరిస్తు-  
అందులోనుంచి బయటకు వెళ్ళటానికి, లోపలికి పోవటానికి- పదకొండు ద్వారాలైన రెండు కిళ్ళు, రెండు చెవులు, రెండు నాశికారంధ్రాలు, ఒక నోడు, మలమూత్రాలు విసర్జించటానికి రెండు ద్వారాలు, శరీరంలో బ్రహ్మ రంధ్రం, ఉదరం మీద నాభిరంధ్రం, ఉపయోగించుకుంటూ, జీవుడు కాస్త విహితములైన కర్మలు చేస్తూ, సక్రమమైన సాధనానుష్ఠానం వల్ల సకల బాధలనుంచి విముక్తుడౌతున్నాడు.

ఏ జీవుడు ఇలాంటి శరీరమనే పురంలో ఆ విధంగా జీవిస్తున్నాడో, ఆ జీవుడే సనాతనుడైన భగవత్ స్వరూపుడు. శరీరమనే పురంలో నివసిస్తున్న జీవుడు, యదార్థంగా అద్యంతాలు, నామరూపాలు లేని నాశరహితుడైన ఆ పరమాత్మ స్వరూపుడే. కాని, శరీరంలో ఉంటూ, వివేకహీనుడై, శరీరంలో తాదాత్మ్యభావం కలిగినవాడై, శరీరమే తాను అనుకుంటూ, అహంకార భ్రాంతి భావంలో తగుల్కొనబం వల్ల, జీవుడుగా భాసిస్తున్నాడు. ఇదే అతనికి పట్టిన అజ్ఞాన విర్రూర్థం. "త్యజే దజ్ఞాన విర్రూర్థం, సోహం భవేన పూజయేత్"- అంటే, అజ్ఞాన

విర్యాల్యమైన దేహాత్మబుద్ధివి- నేనీ శరీరాన్ననుకొనే భావాన్ని సాధకుడు ముందు పోగొట్టుకోవాలి.

శరీరం జడపదార్థ విర్యాణం. అవయవాల సముదాయం. అవి త్యం. శరీరావయవాలన్నీ స్వయంగా సత్తాస్ఫూర్తులు లేవివి. ఈ జడ పదార్థ అవయవ సముదాయమైన దేహాన్ని తానుగానని, తాను యదార్థంగా శరీరానికి బిన్నుడనేనని సాధకుడు వివేకంతో విచారించి గ్రహించుకోవాలి. ఇలాంటి విచారణ చిత్తశుద్ధితో హృదయ పూర్వకంగా. ఆత్మానుభవాన్ని పొందడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకొని, తీవ్రతరంగా చేయవలసి వుంటుంది. ఈ సాధన ఫలవంతమయేకాదీ, అజ్ఞాన విర్యాల్యమైన దేహాత్మభావం క్షీణిస్తూ, నామరూపరహిత సత్చిదానందమయమైన ఆత్మ స్వరూపమే తన నిజస్వరూపమని స్ఫురణ కలుగుతుంది. అలా స్ఫురిస్తూండే చైతన్యోద్యయ ఆనంద స్వరూపమే తానని (స్రోహం) సాధకుడు భావిస్తూ తానని విచిగుర్తుడు కావాలి, ఇదే సూక్ష్మంగా ఈ సాధనయొక్క సాధారణం.

సత్వర ఆత్మజ్ఞాన ప్రాప్తికి ఈ సాధనకంటే మించినది లేదని చెప్పవచ్చు. కాని ఈ సాధనాక్రమం సామాన్య మానవాళికి (అంటే, పామరులైన అజ్ఞానులకి) సులభంగా అర్థం చేసుకోలేని అనూహ్యమైనది. ఆత్మోపబద్ధికి సరియైనదైన ఈ సాధనామార్గం- వివేక, విద్యాబుద్ధులు కలిగిన ముముక్షువులకు, వరిషక్య జీవులకు ఉద్దేశించబడింది. సర్వోత్తమం, సర్వాధిక్యం అయిన ఇలాంటి పరతత్వ సాధన వ్రపంచం లోని ఇతర మతోపదేశాలలో ఎక్కడా కానరాదు.



# అహంకార రాహిత్యం

జీవత్వం నుంచి దైవత్వమనే దివ్యవతాన్ని చేరుకోడం మానవ జన్ముని పరమావధి. ఆ లక్ష్యసిద్ధికి చేసే ఆధ్యాత్మిక సాధన- పురుష ప్రయత్నం- ఒక ప్రయాణం లాంటిదని తత్వజ్ఞులు వర్ణిస్తుంటారు. ఆ ప్రయాణానికి గమ్యం ఆత్మానుభవం- తన సహజ స్వరూప దైవత్వానుభూతిని పొందడం. ఆ గమ్యాన్ని చేరుకోడానికి సాగించే ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం యొక్క సాధక బాధకాలను వివరిస్తూ, విశదపడస్తూ, మార్గాలను చూపించేవి వేదాంత శాస్త్రాలు- వేదాలు, ఉపనిషత్తులు, బ్రహ్మసూత్రాలు, యోగవాళిష్టం, భగవద్గీత - ఇలాంటి అనేకానేక ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలున్నాయి. వీటిలో ఆత్మానుభవం పొందిన మహాత్ములు, బ్రహ్మజ్ఞులు ఋషులు, అవతారమూర్తులు, మహత్తరమైన మన ఆధ్యాత్మిక తత్వాన్ని ప్రబోధిస్తూ ఆ దివ్య వతాన్ని పొందడానికి వివిధ సాధనా విధానాలను - మార్గాలను - వివరించి విశదపరిచారు. 'ఈ వేదాంత శాస్త్రాలని శ్రద్ధగా పఠించి, వాటిలోని యదార్థ ఆధ్యాత్మిక తత్వాన్ని అవగాహన చేసుకొని, సద్గురువులు, బ్రహ్మజ్ఞులు, మతాధిపతులు ఇత్యాది మహనీయులు - న్యకీయ అనుభవాలతో - బోధిస్తుండే ప్రబోధాలని అవగాహన చేసుకుంటే, ఎవరి ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణానికి సరిపడే మార్గాన్ని వారు ఎన్నుకొని, ప్రయాణం సాగించగలరు.

అయితే, ఈ వేదాంత గ్రంథాలు, మహనీయుల ప్రబోధాలు మనకు చూపించే మార్గాలద్వారా మన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం ఎంత వరకూ సాగించగలం? మన సాధనకు అంతిమగమ్యమైన దైవత్వాన్ని పొందగలమా? దైవత్వాన్ని పొందడమంటే ఆత్మానుభవం కలగడం. శుద్ధ సూక్ష్మమైన స్వాత్మతో ఐక్యాన్ని పొందడం. చమత్కారంగా చెప్పాలంటే - ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాల అవగాహన, మహాత్ముల ప్రబోధాలు- మన సాధనకు అంతిమ గమ్యస్థానమైన భగవంతుని

మందిరం వరకూ మన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణాన్ని సాగించడానికి తోడ్పడతాయి. కాని ఆ దివ్య స్వరూపుడైన భగవంతుని మందిరం తలుపు మూసి వున్న మందిరం! ఆలా తలుపు మూసివున్న భగవన్మందిరం వరకూ, వేదాంత గ్రంథాలవల్లా, మహనీయుల ప్రబోధాల వలనా, మన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం సాగించవచ్చు ఆధ్యాత్మిక గ్రంథ పఠనంవల్లా, ప్రబోధాల వల్లా ఆ ప్రయోజనం మనకి చేకూరుతుంది. అయితే, ఆ భగవంతుని మందిరం తలుపు ఎలా తెరువబడుతుంది? ఆ మందిరంలో ఉన్న దైవ స్వరూపుని సందర్శించడం ఏ విధంగా సాధ్యమౌతుంది?

భగవంతుని మందిరాన్ని మూసిపెట్టి వున్న ఆ తలుపే మన అహంకారమని గ్రహించుకోవాలి. వేదాంత శాస్త్రాలవల్లా, సద్గురువుల యొక్క బోధలవలనా, అన్ని అజ్ఞానపు అవరోధాలన్నీ వదులుకుని, ఆత్మ సాక్షాత్కారం కోసం తపిస్తున్న సాధకునికి, అహంకారం ఒక పెద్ద అడ్డుగోడలా ప్రతిబంధకమై నిలిచి ఉంటుంది. తానొక నామరూపాలతో నున్న శరీరదను అనుకొనే అసత్యమైన భ్రాంతి భావమే అహంకారం. ఈ భ్రాంతి భావం అనాదిగా అలవాటు పడి ఉండటంవల్ల, ఇది సాధనలో చిట్టచివరి వరకూ సాధకుని వదిలదు. ఎంత ప్రతిభావంతుడైన సాధకుడైనా, తానొక వేరుగానున్న వ్యక్తిని అనుకొనుచూ, కర్తగా, భోక్తగా తనను భావించుకుంటూ ఇంకా భ్రమపడి పోతూనే ఉంటాడు. తాను ఎన్నో ఆధ్యాత్మిక గ్రంథాలను అధ్యయనం చేసి, ఎంతో జ్ఞానం సంపాదించి ఉత్కృష్టుడై తరించబోతున్నాను అని అనుకొనే ఈ అహమిక- సాధకుని చిట్టచివరి వరకూ వెంటిడిస్తూనే ఉంటుంది. దీనివల్ల దేహవాసన, లోకవాసన, శాస్త్రవాసన వదలక, కాళ్ళకు తగిల్చిన సంకెళ్ళలా సాధకుని ఆత్మానుభూతికి ప్రతిబంధకాలై ఉంటాయి. తాను నిజంగా నామరూపాలలేని అపరిమితమైన చైతన్య స్వరూపుడై ఉండగా, ఒక పరిమితత్వపు ప్రత్యేక ఉనికిని తనకి భ్రమించజేస్తూ అపోహపెట్టే ఈ అహంకార భ్రాంతిని ఒదులుకుోవడం కష్టసాధ్యమే.

శంకర భగవత్పాదులు వివేకచూడామణిలో అహంకారాన్ని ఎంత చమత్కారంగా వివరించారో ఈ క్రింది శ్లోకాలు చూస్తే తెలుస్తుంది :-

బ్రహ్మానంద విదిర్మహః బలవత్తాహంకార ఘోరాహినా  
సంవేష్ట్యాత్మని రక్ష్యతే గుణమయైశ్చణ్డైత్రి భిర్మస్తకైః ॥

విజ్ఞానాఖ్య మహాసినా శ్రుతిమతా విచ్చిద్య శీర్షత్రయం  
విరూప్యాహి మిమం విదిం సుఖకరం ధీరో సుభోక్తుం క్షమః ॥  
(వి. మా. 303)

అంటే, సత్సరణ స్తమో గుణాలనే మూడు ప్రబలమైన శిరస్సులు గల భయంకరమైన ఘోర సర్పంలాంటి అహంకారం, బ్రహ్మానందమయమైన ఆత్మను చుట్టుకొని అవరించి రక్షక భటునిలా రక్షిస్తూ ఉంటుంది. ఆత్మ జ్ఞానమనే వాడియైన బద్ధంతో, ఆ మూడు శిరస్సులనూ తృంచి, విచ్చిన్నం చేసి ఆ సర్పాన్ని విరూపించే విజ్ఞానమయ్యుడైన ధీరుడు, అత్యంత సుఖకరమైన బ్రహ్మానందాన్ని అనుభవించగలుగుతాడు.

అహంకారాన్ని పూర్తిగా రద్దు చేసుకుంటేనే కాని ఆత్మానుభూతి కలగదని పై శ్లోకాల యొక్క అంతరార్థం. అహంకారాన్ని రద్దు చేసుకోవడమంటే తనని తాను రద్దు చేసుకోవడం. అహంకారం తొలగిపోవడమే దైవమందిరం యొక్క తలుపు తెరువబడటం. ఎంతకాలం అహంకారం లేకన్యత్రమైనా మిగిలి ఉంటుందో అంత పర్యంతం ఆత్మానుభూతి కలుగదు. అంటే, భగవంతుని మందిరం తలుపు తెరువబడదు. పృథ్వి పూర్ణాత్మానుభూతి కలగడానికి, అహంకారం విశేషంగా నశించాలి. ఎంతో చమత్కారమైన ఉపమానంతో శంకర భగవత్పాదులు ఈ మహాన్నతమైన సత్యాన్ని ఎలా చెబుతారో గమనార్హం :

యావద్వా యత్కించి ద్విషదోష స్ఫూర్తి రక్తిచే సిద్ధిహే  
కథ మారోగ్యాదు భవేత్తద్వ దహంతాపి యోగినో ముక్త్యై ॥

అంటే, దేహానికి సంక్రమించిన దుగ్మత ఎంతకాలం ఏ మాత్రమైనా మిగిలి ఉంటుందో, అంత పర్యంతం శరీరానికి ఆరోగ్యం లభించదు. అలాగే, అహంకారం నిశ్చేషంగా ఎంత పర్యంతం నశించకుండా ఉంటుందో అంతవరకూ ఆత్మప్రాప్తి అనే ముక్తి సాధ్యపడదు.

భోజనం చేస్తున్నవాని కంఠంలో చిక్కుకున్న ముల్లులా, ఎంతో క్లిష్టదాయకమైన ఈ అహంకారాన్ని సాధకుడు ప్రబలి శత్రువులా గ్రహించుకుని దాన్ని అంతమొందించుకోవాలని అతి చమత్కారంగా ఆదిశంకరులు వివేకచూడామణిలో చెబుతారు. ఇదంతా ఒక చమత్కార పరమైన ప్రబోధ అని సూక్ష్మంగా విచారించి గ్రహించుకోవాలి. యదార్థమైన తత్వదృష్టితో గమనిస్తే, అహంకారమనేది నిజంగా ఎక్కడైనా ఉన్నదా, దానిని నిర్మూలించడానికి ?

'నేను ఉన్నాను; ఇవన్నీ నావల్ల జరుగుతున్నాయి'- అనేది అసలు నిజమేకాదు, అది శుద్ధ అబద్ధం. అదే నిజమైతే, ప్రతీవాడూ ఏదైతే అది చెయ్యనే చెయ్యగలుగుతాడు. కానీ, మరుక్షణంలో జరిగే దేదో అది ఎవరికీ తెలియదు. ఏదో చెయ్యాలని అనుకుంటాడు. అలా కాకుండా, ఇంకో రకంగా అది జరిగి పోతుంటుంది. ఇది ఎంతమాత్రం గమనించకు. "నేను" అనేది యదార్థంగా ఎక్కడుంది? ఈ శరీరమే నేను అనుకుంటూ, అవివేకంతో జరిగే కార్యక్రమాలన్నీ తమవిగా భావిస్తూ, మిడిసి పడుతుంటాడు.

అహంకారమనేది వట్టి భ్రాంతి భావం. ఇది ఒక రకమైన స్వప్నం లాంటిదని గ్రహించుకోవాలి. తెలివి తక్కువతనం వల్లా మూర్ఖత్వం వలనా అహంకార భావం కలుగుతుంది.

జాగ్రదావస్థలో మాత్రమే దేహాత్మభావంతో ఈ అహంకార భావం విజ్రంభిస్తుంది. దీనివల్లనే మిథ్యాస్వరూపమైన జగత్తు ఉదయించి

ఉన్నట్లు శ్రమింపజేస్తుంది. ఇవేవీ, మిథ్యాస్వరూపాలే కాని, నద్వస్తువులు కావు. మనస్సు నుండి జనించిన శ్రమ మాత్రాలేకాని యదార్థాలు కావు. ఎండమావుల్లోని జలం లాంటివి. యదార్థమైన ఆధ్యాత్మికుడు వాటిని గురించి ఎప్పుడూ ఆలోచించడు. చర్చించడు. అనిత్యమైన, అసత్యమైన మిథ్యాస్వరూపాలని గురించి చర్చించడం, తర్కించడం వట్టి దండుగ. అంతకంటె మూర్ఖత్వం మరొకటి ఉండదు. అబద్ధమైన శరీర జగత్తులను గురించి తలుచుకోవడమే ఎంతో అనివేకంగా భావిస్తారు అసలైన ఆధ్యాత్మికులు.

ఆత్మవిస్తయే మన యదార్థమైన స్వభావమని నిర్ధారణ చేసుకోవడమే అసలైన ఆధ్యాత్మికం. మన స్వభావం నిజంగా ఆత్మానుభవమైన దివ్యత్వమేనని ధృవపరచుకోవడమే అసలైన విజ్ఞానం. మన యదార్థ స్వభావ దివ్యత్వాన్ని మరుగుచేసే అహంకార భ్రాంతి వట్టి మిథ్యాస్వరూపమేనని, నిజంగా లేనిదేనని అవగాహన చేసుకోవడమే అసలైన వివేకం. భ్రాంతి జనితమైనట్టి ఈ అహంకార భావాన్ని విస్మరిస్తూ, ఎవరికి వాడు ఉన్నట్లు ఉండిపోవడమే యదార్థమైన ఆత్మోపాసన. అలా నిర్మితగా, నిర్మలంగా ఉండిపోవడమే ఉత్తమమైన ఆధ్యాత్మిక భ్యాసం. ఇదే ఆత్మానుభూతిని కలుగజేసే అంతిమపథం. అన్ని తలంపులనూ మిథ్యామాత్ర అహంకారజనితమైనవని విస్మరిస్తూ, నిరంతరం నిరంతరాయంగా అలా తటస్థంగా, సంకల్ప వికల్పరహితంగా ఉండిపోవడం అభ్యసితే, మన యదార్థ స్వభావమైన ఆత్మానందం మనకి తప్పక లభిస్తుంది. ఇది ఎవరికివాడు అనుష్ఠానం చేసుకునే అహంకార రాహిత్య పాదన. దీనివల్ల మిథ్యాస్వరూపమైన అహంకార భ్రాంతి దానంతట అదే హరించిపోతుంది. సర్వోత్కృష్టమైన ఆత్మానందంలో అది రయించి పోతుంది. అంటే ఆనందించువాడు ఆనందం ఒకటే అయి భాసిస్తుంది. యదార్థంగా ఉన్నదంతా ఆ ఆనందం ఒకటే కదా! ఆనందించే వ్యక్తి ఎవరూ లేనిదైన ఆద్యైతానందం. ఇలా అహంకార రహిత అఖం దానందాన్ని పొందడమే దైవమందిరం తలుపు తెరువబడటం.

# జీవన్ముక్తి

జీవుడు జీవన్ముక్తుడుగా పరిణామం (transformation) పొందే విధానాన్ని విశదపరిచే ఒక విశిష్టమైన శ్లోకం శంకర భగవత్పాదులచే ప్రసాదించబడింది. ఆ శ్లోకం ఇంచుమించు జిజ్ఞాసులందరికీ సుపరిచితమే. దేవాలయాల్లాంటి పవిత్ర స్థానాల్లో పదేపదే ఆ శ్లోకాన్ని ప్రసారం చేస్తూంటారు. మధురంగా వీనులకు విందు చేస్తూండే ఆ శ్లోకంలోని విశిష్టమైన అంతరార్థం, అత్యు జిజ్ఞాసులకు అత్యంత అమృతమయంగా ఉంటుంది. తత్వజ్ఞానం యొక్క సారాన్ని ఆ శ్లోకంలో కుదించి జిజ్ఞాసుల కోసం ప్రసాదించారా అన్నట్లుంటుంది.

శంకర భగవత్పాద విరచిత "మోక్షముద్గర"లో ఆలరారుతుండే ఆ శ్లోకం ఈ విధంగా చెప్పబడింది :

సత్ సంగత్వే విస్సంగత్వం  
 విస్సంగత్వే నిర్మోహత్వం  
 నిర్మోహత్వే నిశ్చలత్వం  
 నిశ్చలత్వే జీవన్ముక్తిః ॥

జీవుడు జీవన్ముక్తుడుగా ఎలా పరిణామం (Transformation) చెంద గలదో నాలుగు దశలుగా ఈ శ్లోకంలో వివరించబడింది.

సత్ సంగత్వంతో మొదటిదశ ప్రారంభం అవుతుంది. 'సత్' అంటే సత్యస్వరూపం. సత్యస్వరూపమే ఆత్మస్వరూపం. ఎప్పుడైతే బుద్ధికౌంచం వికసించి, తన ఆజ్ఞానాన్నీ, మూఢత్వాన్నీ గుర్తించుకుంటాడో, అప్పుడు సత్యస్వరూపమైన ఆత్మ సాంగత్యం కోసం అన్వేషించాలనీ, దానిని తన నిజస్వరూపంగా అనుభూతి పొందాలనీ ఆరాట

వడుతూ ఉద్యుక్తుడౌతాడు. వేదాంత కాస్త్రాన్ని అధ్యయనం చేస్తూ, సజ్జన సాంగత్యం అలవడుచుకుని, వైరాగ్యాన్ని అభ్యసిస్తూ, ఆధ్యాత్మిక సాధనకు పూనుకుంటాడు. ఇలాంటి అదృష్ట మహాశయునికి క్రమంగా విషయవాంఛల మీద విరక్తి కలిగి అనాత్మ పదార్థాలపైన విముఖత దానంతట అదే ఏర్పడుతుందట. అలా విరక్తి, విముఖత కలిగినంతనే, ఇక వాటితో సంగత్యం అనే ప్రసక్తే ఉండదు కదా :

అనాత్మ పదార్థాలంటే, స్తూలశరీరం, దశేంద్రియాలు, పంచ ప్రాణాలు, అహంకారం, మనస్సు, బుద్ధి, సుఖదుఃఖాది విషయాలు, రాగద్వేషాది ప్రవృత్తులు, పృథివ్యాది పంచభూతాలు, సమస్తమైన పాదార్థిక ప్రపంచాదులు. సూక్ష్మంగా చెప్పాలంటే, ఏవైతే తెలియబడతాయో అవన్నీ అనాత్మ పదార్థాలే. అవన్నీ సత్యస్వరూపమైన ఆత్మకు విలక్షణమైనవి. ఆత్మస్వరూపంలోనే మాయవల్ల కల్పించబడిన మిథ్యా స్వరూపాలు. అంటే, జలంలేని ఎండమావిలో, జలం ఉన్నట్లు ఎలా గోచరిస్తుందో, అలాగే యదార్థంగా లేనివే అయినా భ్రాంతివల్ల ఉన్నట్లు తోస్తూంటాయి.

సత్యస్వరూపమైన ఆత్మానుభూతి కోసం అపేక్ష జనించడంతో, శరీర ప్రపంచాది సమస్త బాహ్య పదార్థాలమీద అత్యంత అనాపేక్ష జనిస్తుందని ఈ చరణం యొక్క అంతర్థార్థం. ఇలా అనాపేక్ష కలుగుతే, దానియొక్క స్థిరత్వం చేత, ఇక వాటిని గురించి విస్మంగత్వమే ఏర్పడుతుంది.

అయితే ఇక్కడ ఒక ముఖ్యమైన అంశాన్ని గమనించుకోవలసి వస్తుంది. సత్యస్వరూపమైన ఆత్మకోసం అన్వేషించడమంటే తనను తాను అన్వేషించుకోవడమే. ఆత్మనత్తు తనకి అన్యమైనది కాదు కదా, తానెవరినని అంతర్దృష్టితో విచారణ సాగినై, అహం స్ఫూర్తియొక్క మూలాన్ని చేరుకోవడం, అపైన అహంకరణ అదృశ్యమై, తానొక్కడే

తురీయానంద స్థితుడై అత్యుగా భాసింపడం జరుగుతుంది. కనుక, సత్సంగత్వమంటే, తత్వదృష్టితో, అహంకార నాశనమేనని, అర్థం చేసుకోవాలి. లేకపోతే ద్వైతంలో చిక్కుకునే భావం సంభవిస్తుంది కదా !

సత్యస్వరూపమైన అత్మను గురించి అపేక్ష, అనిత్యమైన అనాత్మ పదార్థాల మీద అనాపేక్ష ఎవరికీ కలుగుతాయి ? అని అందరికీ కలిగవు కదా ! ఎంతో అపురూపంగా అక్కడక్కడ బహుకొద్ది మందికే అని కలుగుతాయి. సాధన వత్తుష్టయ సంపన్నులై న మానవోత్తములకే అని కలుగుతాయి. అంటే, నిత్యానిత్య వస్తువివేకం కలిగి, శరీర ప్రపంచాదు లనిత్యమైనవని, వాటి విషయభోగాల మీద ఎటువంటి మమకారేని వైరాగ్య సంపన్నులై, శమదమాది షట్క-సంపత్తి కలిగినవారై అజ్ఞాన తల్పితమైన అహంకారాది భ్రాంతులనుండి విముక్తి పొందవలెననే తీవ్రమైన ముముక్షత్వం ఎవరికీ కలుగుతాయో, అట్టివారికే అత్మవిచారణయే అపేక్ష, అనాత్మ పదార్థాలమీద అనాపేక్షసహిత విస్సంగత్వమూ దృఢంగా కలుగుతాయి.

విస్సంగత్వం కలిగిన మానవోత్తమునికి, బాహ్యవిషయానక్తి పూర్తిగా నశిస్తుంది. నిత్యసత్యాత్మ స్వరూపుడైన తనకు అహంకారాదు లతో ఎట్టి సంబంధం లేదనే తెలివికూడా ఉదయిస్తుంది. అన్ని అనాత్మ పదార్థాల మీద విరక్తి కలుగుతుంది. అంటే వాటిమీద మమకారం, మోహం పూర్తిగా నశిస్తాయి. అనాత్మ జాతాలన్నీ మనోకల్పితాలనీ, ఇంద్రియ గోచరాలు, మిథ్యాస్వరూపాలు మాత్రమేకాని షడ్దార్థాలు కావనీ విచక్షణజ్ఞానం కలుగుతుంది. ఇలాంటి ఉత్కృష్టమైన ఆధ్యాత్మిక పరిణామం (Transformation) కలిగిన మానవోత్తముడు, రెండవ దశయైన నిర్మోహత్వాన్ని పొందినవాడని గ్రహించుకోవాలి.

నిర్మోహత్వం కలిగిన మహనీయుని మనస్థితి ఏ విధంగా ఉంటుందో మూడవ చరణం (దశ) లో చెప్పబడింది. ప్రాపంచిక విష



యాల మీద ఎలాంటి వ్యామోహమూ, ఇచ్చా లేనివాడు, ఎంత నిశ్చింతగా, నిశ్చలంగా ఉంటాడు? అన్ని కలతలకీ, చింతలకీ, సంకల్పాలకీ, వికల్పాలకీ, విషయవ్యామోహమే మూలం. ఆ వ్యామోహం నశిస్తే పరమ ప్రకాశత చిత్తాన్ని ఆపహిస్తుంది. ఇలాంటి చిత్తకాంతి నిలకడగా నెలకొంటే, తాను యదార్థంగా శరీర ప్రపంచాదులకు అతీతమైన చైతన్య స్వరూపుడిననే యదార్థ జ్ఞానం ఆ ప్రకాశచిత్తంలో ఉదయిస్తుంది. ఎంతకాలం మనస్సు చంచలంగా పరిభ్రమిస్తూ ఉంటుందో, అంత వర్ణంతం పరమోత్కృష్టమైన ఆత్మజ్ఞానం ఉదయించడు. తన యదార్థ స్వరూపమైన ఆత్మను మరచుటవల్లనే కదా, అహంకారం ఉద్భవించి, దేహోత్పబ్ధి కలిగి, మనస్సు విజ్రుంభిస్తుంది? మనోవిజ్రంభణం వల్లనే శరీర ప్రపంచాదులు గోచరిస్తాయి. రాగద్వేషాదులు మొదలైన కలవరాలు మనస్సుని ముంచెత్తుతాయి. మనస్సే సుఖదుఃఖాలన్నింటికీ భోక్త. ఈ మనోవ్యాపారమంతా ఆత్మాన్వేషణవల్లే అణుగుతుందవి, దృశ్యమంతా అనత్యమైన మిథ్యాస్వరూపమవి, యదార్థంగా లేనటువంటి దేననీ దృఢమైన జ్ఞానం ఉదయిస్తే కాని, మరే యితర సాధనల వల్లా, మనోపిశాచం శమించదవి యోగవాళిష్టంలో, వశిష్ట మహర్షి శ్రీరామ చంద్రునికి బోధిస్తాడు. ఆసక్తిరహితమైన మనస్సు ఎంత నిశ్చలంగా ఉంటుందో యోగవాళిష్టంలో ఈ విధంగా చెప్పబడింది :

“సర్వత్రానక్త మాశాన్త మనస్తమివ సంస్థితమ్

అనత్యల్పం సదాభాసం సుఖయైవ మనోభవేత్ ॥

దేనిమీదా ఆసక్తిలేని మనస్సు ఎంతో ప్రకాశతంగా, నిశ్చలంగా, అనంతమైన ఆకాశంలా ఉంటుంది. అది ఇక లేనిదే అయినా, ఉన్నట్లు భాసిస్తూ ఎల్లప్పుడూ సుఖాన్నే కలిగిస్తూంటుంది.

ఇలాంటి నిశ్చలమైన చిత్తం కలిగినవానికే ఆత్మజ్ఞానం సంభ

విస్తుంది. విశ్వం చిత్తం. ఆత్మజ్ఞానం. ఒకదానికొకటి అవినాభావ సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. విశ్వంమైన చిత్తం కలగడమే లక్ష్యసిద్ధియైన ఆత్మజ్ఞానాన్ని పొందడం. విషయ వినాశనం సంసక్తిరహితమైన చిత్తానికి, అనంపక్తమైన చిత్తం ఆత్మజ్ఞాన పెన్నిధికి దోహదం చేస్తాయి. ఆత్మజ్ఞానాన్ని పొందినవాడు నాలుగవ దశయైన జీవన్ముక్తిత్వాన్ని పొందిన వాడౌతాడు. కేవలము ఆత్మస్వభావంలో నిష్ఠగలిగి ఉండటమే జీవన్ముక్తి. అట్టి స్థితి సప్తజ్ఞాన భూమికలలో అఖరిదియైన “తుర్యగ” అనబడుతుంది.



యేత్పరం బ్రహ్మ సర్వాత్మా విశ్వస్యాయ తనం మహత్ ।

సూక్ష్మాత్ సూక్ష్మతరం నిత్యం తత్త్వమేవ త్వమేవతత్ ॥

(కై నలోపనిషత్తు)

తా॥ ఏది సమస్త చరాచరములయందు ఆత్మగా భాసించు పరబ్రహ్మమో, ఏది విశ్వమునకంతకూ మహత్తరమైన ఆధారమో, ఏది సూక్ష్మాతీసూక్ష్మమైనదో, ఏది నిత్యమో అదే నీవు. నీవే అది.

ఏకోదేవః సర్వభూతేషు గూఢః

సర్వవ్యాపీ సర్వభూతాంతరాత్మా ।

కర్మాద్యక్షః సర్వభూతాధి వాసః

సాక్షిచేతా కేవలో నిర్గుణశ్చ ॥

(శ్వాతాశ్వతరోపనిషత్తు)

తా॥ ఏకస్వరూపుడైన భగవానుడు అన్ని చరాచరములలోనూ నిగూఢుడై ధాగి ఉన్నాడు. సర్వవ్యాపియై అన్ని ప్రాణులలోనూ అంతరాత్మగా భాసించుచున్నాడు. సర్వకర్మకూ ఆయన పర్యవేక్షకుడు. సర్వ ప్రాణులకు ఆయన నివాసస్థానము. ఆయన సర్వసాక్షి, నిర్గుణ శుద్ధచైతన్యమైన ఏకైక మాత్రుడు.

# అ ద్వైతా నుష్ఠా న ము

“సర్వం ఖల్విదంబ్రహ్మ” అనే పరమ సత్యాన్ని అదిశంకరులు “అత్మబోధ”లో ఈ క్రింది శ్లోకంలో పునరుద్ఘాటించారు.

“అత్మైవేదం జగస్సర్వం ఆత్మనోన్యన్నవిద్యతే  
మృదోయద్ధ ధ్వుటాదీని స్వాత్మానం సర్వమీక్షతే”

అంటే, గోచరిస్తూన్న జగత్తంతా విజంగా ఆత్మై. ఆత్మ మినహా ఇతర మేదీ లేనేలేదు. మట్టితో తయారుచేసిన తుండలు, మూకుళ్ళు, జాడీలు మొదలైనవన్నీ మట్టికాని వేరేదీ కానట్లు, జ్ఞానదృష్టిలో గోచరించే సర్వమూ ఆత్మైకాని ఆత్మైతరమేదీ ఉండదు.

ఉన్నదంతా భగవంతు డొక్కడే. వేరువస్తువేదీ లేదు. భగవంతుడు సర్వవ్యాపి. ఆయనలేని తావే లేదు. అందరిచేత ఎల్లప్పుడు తెలియబడుతూనే ఉన్నాడు. కాని నేను, నువ్వు, అది, ఇది అనే బేధబుద్ధివల్ల, అశాంతి, భయము, రాగము, ద్వేషము, దుఃఖము మొదలైన భ్రాంతి భ్రమల్తో మనుగడ సాగిస్తూండే మానవులు, భగవంతుని ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకోలేరు. ఏకస్వరూపుడైనా, భగవంతునిలో- సముద్రంలోని తరంగాలు, బుడగలు, నురుగు మొదలైనవంటిలా- జీవాత్మ, పరమాత్మ, మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారం, ఇంద్రియాలు, శరీరం, ప్రపంచం మొదలైనవన్నీ ఉద్భవిస్తూ, మళ్ళీ ఆయనలోనే రియించిపోతూంటాయి.

కబ్బి, స్పర్శ, రూప, రస, గంధాలైన పంచేంద్రియాల ప్రభావం వల్ల విషయ వాసన, విషయచింతన, సంకల్ప వికల్పాలు ఉత్పన్నమై, వీటివల్ల భగవంతుని యదార్థ ఏకైక స్వరూపం మరుగున పడుతుంది,

నానాత్వ భ్రాంతి సంక్రమిస్తుంది. విషయచింతనకు మూలమైన విషయ వాసనలు మూడు విధాలు- దేహవాసన, లోకవాసన, శాస్త్రవాసన. ముక్తికోపనిషత్తులో ఈ వాసనాత్రయాన్ని గురించి ఇలా చెప్పబడింది :

లోకవాసన యా జన్తోః శాస్త్రవాసన యపిచ.

దేహవాసన యా జ్ఞానం యథావన్నైవ జాయతే ॥

అంటే, దేహవాసన, లోకవాసన, శాస్త్రవాసన అనే వాసనాత్రయం వల్ల, ఎంత సాధన చేస్తున్నా విష్ణుయోజనమై, లక్ష్మసిద్ధియైన పరిపూర్ణ జ్ఞానాన్ని పొందడం అనంభవం అవుతుంది.

ఈ వాసనాత్రయాన్ని గురించి వివరంగా తెలుసుకోడం అవసరం :

దేహవాసన : దేహవాసనంటే శరీరమే నేను అనుకునే భ్రాంతి భావంతో ఉండటం. దీనివల్ల శరీరం మీద రాగపూర్వకమైన మమకారం ఉత్పన్నమౌతుంది. దేహం అనిత్యమైందని, ఎంతో హేయమైందని గుర్తించుకోక, దానిమీద వ్యామోహాన్ని పెంచుకోడం, దాని పోషణకు, వేషధారణకు లాపత్రయపడటం- ఇలాంటివన్నీ దేహవాసన.

లోకవాసన : తన గుణాన్ని విశిష్టంగా ప్రకటించుకోడంలో ప్రీతి కలిగి ఉండటం, లోకంలో తనకి కీర్తి, పేరుప్రఖ్యాతులు లభించాలనే కోరిక, ధన, దారా, పుత్రాదులందు రాగం, ఇతరుల గుణవిశేషాల వల్ల ద్వేషం, జగద్విషయాల మీద ఆకాంక్ష- ఇలాంటివన్నీ లోకవాసన.

శాస్త్రవాసన : గ్రంథాలు, శాస్త్రాలు, వేదాంతగోష్ఠి, తర్కం పొందిత్యం మొదలైనవాటి మీద గల వ్యామోహం, శాస్త్రపాఠానుష్ఠానం మీద ప్రీతి, శాస్త్రాలమీద మూఢ నమ్మకాన్నీ, విశ్వాసాన్నీ కలిగి ఉండడం- ఇవన్నీ శాస్త్రవాసన.

పైన వివరించిన మూడు వాసనలు, ప్రతి వ్యక్తికి ఇనుప సంకెళ్ల వంటివని వేదాంతశాస్త్రం వ్యక్తం చేసింది. ఇవి ఆత్మజ్ఞానం కలగడానికి, ఆత్మానుభూతిని పొందడానికి ముఖ్యమైన అవరోధాలు. ఈ విషయ వాసనల్ని, పంచేంద్రియ ప్రవృత్తుల్ని, నేను, నాది అనుకునే అసత్యమైన అహంకార మమకార భావనల్ని విస్మరిస్తూ, వాటినిన్నింటినీ తనలోనే రయింపజేస్తూ, నిరంతరం చేసే ధ్యానాన్ని రయజ్ఞానం అంటారు. ఈ ధ్యానానుష్ఠానాన్ని నిరంతరాయంగా చేసే సాధకునికి దృశ్య గోచారాల్ని అసత్యపు భ్రాంతులేనని తెలిసిపోతుంది. తనలోంచే ఉద్భవించిన ఆ భ్రాంతులు తనకంటే అన్యమైనవి కావని, తానే ఏకైక స్వరూపుడై అంతటా అన్నింటిగా ఉంటున్నానని జ్ఞానోదయం కలుగుతుంది. సర్వోత్కృష్టమైన స్వరూప జ్ఞానం కలగడానికి ఈ ధ్యానసాధన చిత్తశుద్ధితో, నిరంతరం, నిరంతరాయంగా చెయ్యాలి. తుమ్మెద వలన భయపడుతూ, కీచకం నదా తుమ్మెద (భ్రమరము)నే ధ్యానిస్తూ, చివరికి తానే భ్రమరంగా మారుతుందని అందరికీ తెలిసిన విషయమే. దీనినే 'భ్రమర కీచక న్యాయం' అంటారు. అదిశంకరులు వివేకచూడామణిలో ఈ భ్రమర కీచక న్యాయాన్ని ఇలా వివరించారు :

క్రియాం తరాసక్తి మసాన్య కీచకో  
 ధ్యాయన్య దాలిం హ్యలి భావమృచ్ఛతి  
 తదైవ యోగీ పరమాత్వ తత్త్వం  
 ధ్యాత్వా నమాయాతి తదేక నిష్ఠయా ॥

(వి. చూ. 360)

అంటే, ఇతరమైన దేవియందూ క్రియాసక్తి లేక, కీచకం ఎప్పుడూ భ్రమరాన్నే ధ్యానిస్తూ తాను భ్రమరమే అయినట్లు, ఇతరమైన దేవి మీదా ఆసక్తి లేనివాడై, తదేక దీక్షతో ఏ యోగి పుంగవుడు, పరమాత్మ తత్వాన్నే ధ్యానిస్తూంటాడో, అలాంటి మహనీయుడు బ్రహ్మమే తానవు తాడు.

సర్వమూ బ్రహ్మమే అనే జ్ఞానం కలిగేదాకా తాను, బ్రహ్మము అనే భేదబుద్ధి ఉంటుంది. ప్రతీవానియందూ ఆశీనుడై వెలియుచున్నది బ్రహ్మమేనని, ఆ బ్రహ్మమే సర్వమునందు వెలియుచున్నదని దృఢ విశ్వాసం కలిగిన పిమ్మట భేదబుద్ధి నశిస్తుంది. సర్వాత్మభావం ఉదయిస్తుంది. సర్వమూ బ్రహ్మము నుండి ఆవిర్భవిస్తూ, మళ్ళీ బ్రహ్మాంలోనే లీనమై అంతమయే బ్రహ్మయొక్క భ్రాంతులు మాత్రమే కాని బ్రహ్మే తరములు కావని గ్రహింపు కలుగుతుంది.

ఉన్నది బ్రహ్మమొక్కటే. రెండవది లేనేలేదు. “ఏకమేవాద్వితీయం బ్రహ్మ”. ఈ పరమసత్య గ్రాహ్యం ద్వారా సాక్షాత్కారానుభవాన్ని పొందటానికి చేసే కృషియే సర్వోత్కృష్టమైన అద్వైతానుష్ఠానము. మన సత్యస్వరూపాన్ని సదా స్మరిస్తూ చేసే ఏకైక ధ్యానము. ఈ సాధనవల్ల సత్వర బ్రహ్మానుభవసిద్ధి (స్వస్వరూపానుభవం) కలుగుతుంది. ఈ సాధనలోని ముఖ్యాంశము :-

రాత్రింబగళ్ళు ఎల్లప్పుడూ “విరాకారమై, దివ్యమై, సర్వజ్ఞమై, అంతటా, అందరిలో వెలుగుతున్న ఆత్మస్వరూపుడను నేను” అనుకుంటూ విరంతరం మననం చేసుకోడం. ఆ భావాన్నే ఎల్లప్పుడూ చిత్త శుద్ధితో ధ్యానం చేస్తూండడం. జడవదార్థ విర్మితమైన ఈ స్థూల శరీరపు ముసుగు తాను గానని గ్రహించుకుని, దేహాత్మభావాన్ని విస్మరించడం.

విరంతరం విరంతరాయంగా ఈ మనన సాధనచేసే సాధకునికి త్వరలో తన ఆత్మతో ఏకత్వం సిద్ధించి, సర్వాత్మభావం కలుగుతుంది. అందరూ ఒకటేననే మహోత్తమమైన ఏకత్వసిద్ధి అనుభూతమౌతుంది. ద్వంద్వభావమంతా నమసిపోతుంది. సర్వం ప్రేమమయమై రాగద్వేషాదు లంతమౌతాయి. తన సహజ స్వభావమైన పౌఖ్యం, పవిత్రత తిరిగి తనకి లభిస్తాయి.

# అద్వైత మకరందం

ఏదైతే చెప్పడానికి. వివరించడానికి సాధ్యమౌతుందో, అదంతా అనాదినుంచీ అసంఖ్యాకమైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాల్లో చెప్పబడుతూనే వుంది. చెప్పడానికి వివరించడానికి సాధ్యమయేవన్నీ ద్వైతాలే. ద్వైతాలన్నీ మిథ్యాస్వరూపాలు. మిథ్యాస్వరూపాలకి స్వయంగా ఉనికి అనేది ఎలా ఉంటుంది? ఈ యదార్థాన్ని తెలుసుకోడానికి, వేదాంత శాస్త్రాల్లో ఎన్నో ఉపమానాలిచ్చారు. సముద్రంలో ఉద్భవించే కెరటాల్లా, బంగారంతో తయారు కాబడిన రకరకాల ఆభరణాలలా, మట్టితో చేసిన కుండలు, మూకుళ్ళు, ప్రమిదెలు మొదలైన వివిధ వస్తుజాతాల్లా, ద్వైతాలన్నీ అద్వైత మహత్తర తత్వంలోంచి వెలువడుతూ, జ్ఞానోత్పత్తి కాగానే, అద్వైతంగానే ఉండిపోతాయి.

యదార్థంగా ఎల్లప్పుడూ ఉండేదంతా ఒక్క పరమాద్వైతమే అది ఎప్పుడూ ద్వితీయ రహితమే. దానినే సద్రూప పరబ్రహ్మ అంటారు. అది స్వయంజ్యోతి స్వరూపం, శుద్ధ జ్ఞానస్వరూపం. మః విజస్వరూపం ఆ తురీయమే. ఆ పరమ సత్యం ఎంత సంతోషదాయకం అది ఎంత ఆనంద సారావారం? ఆ ఆనందానికి అవధులనేవి ఎక్కడ? అది అనంతం. అనుభవైకవేద్యం. దానిని చవిచూస్తే, ఇక దేనినీ ఆశించలేరు. ఆ దివ్యానుభూతికి ఏదీ సాటి అవలేదు. దానిని ఎవరూ ఏ శాస్త్రాల్లోనూ వివరించలేక ఊహిస్తున్నారు. చెప్పడానికి, వివరించడానికి, అసాధ్యమైనది కనుకనే, వేదమాత సయితం. దానిని వివరించలేక మూఢీభావం వహించిందట! చెప్పడానికి వివరించడానికి అది తెలుసుకోబడేది కాదు కదా!

ఈ సరమాద్వైతాన్ని శంకర భగవత్పాదులు వివేకచూడామణిలో ఇలా ప్రకటించారు :-

“యదిదం సకలం విశ్వం నానారూపం ప్రతీత మజ్ఞానాత్  
తత్సర్వం బ్రహ్మైవ ప్రత్యస్తా శేషభావనా దోషమ్ ॥”

(వి. చూ. 229)

అంటే, ఈ సర్వజగత్తు ఇలా నామరూపాలతో అనేకంగా అజ్ఞానంవల్ల గోచరిస్తున్నదే కాని, అవన్నీ మిథ్యాస్వరూపాలనే జ్ఞానం కలిగిన వెంటనే, అవేవీ ఇక స్ఫురించక, ఉన్నదంతా అద్వయానంద బ్రహ్మము మాత్రమేనని అనుభవం కలుగుతుంది.

అయితే, ఈ ద్వైతభావం మనకి ఎలా సంక్రమించింది ? దీనిని పోగొట్టుకోడానికి తరుణోపాయం ఉన్నదా ? ఏ విధంగా ఆద్వైతానుభూతి కలుగుతుంది ? ఆ ఆద్వైత మకరందాన్ని ఎలా అస్వాదించగలం ? పైన చెప్పబడిన ఉపమానాలను కూలంకషంగా పరిశీలిస్తే, మనకి ద్వైతభావం ఎలా సంప్రప్తమైందో, దానిని ఏ విధంగా ఒదుల్చుకోగలమో సులువుగానే తెలుసుకోవచ్చు.

బంగారంతో గాజులు, కడియాలు, గొలుసులు, ఉంగరాలు మొదలైన అనేక రకాల ఆభరణాలు, వివిధ నామరూపాలతో చేయబడుతున్నాయి. స్వరూపం చేత అవన్నీ బంగారమేకాని వేరుకాదు. అజ్ఞానంవల్ల ఆ వస్తువులయందు భేదబుద్ధి కలిగి, వాటిని వివిధ నామాలతో పిలుస్తున్నారు. బంగారం కంటే గాజులు, కడియాలు, గొలుసులు, ఉంగరాలూ వేరుకాదు కదా ? ఆ వస్తువులు చేయకముందు అవి బంగారం, వాటిని కరిగించిన పిమ్మటనూ అవి బంగారమే. ఇక మధ్యకాలంలో, అంటే వాటి ఆభరణ రూపాలలో మాత్రం, అవి బంగారం కాక ఏమోతాయి ? ఇలాగే అనేక ఉపమానాలు వేదాంత శాస్త్రాల్లో చెప్పబడ్డాయి.



మట్టితో తయారు కాబడ్డ కుండలు, మూకుళ్ళు, కూజాలు, ప్రమిదెలు మొదలైన మృణ్మయ జాతమంతా, వేరువేరు నామాలతో పలుకబడు తున్నా. అవన్నీ ఎప్పుడూ మట్టేకాని, మట్టికంటె వేరుకాదు. సముద్రం లోంచి బయలుదేరిన కెల్లాలు సముద్రంకంటె వేరెలా అవుతాయి? అలాగే, సర్వాంతర్యామియై, ఏకైక స్వరూపుడైన భగవంతుని యందు, నామరూపాత్మకమైన ప్రపంచం ఉద్భవించింది. ఈ జగత్సృష్టి, తన సృష్టికి పూర్వం లేనిదై, కొంతకాలం ఉండి, మళ్ళీ భగవంతులయందే తిరిగి రయిస్తూంది. ఆద్యంతాలలో లేనిదై, మధ్యకాలంలో, అంటే సృష్టికాలంలో, స్వప్నతుల్యమై దానించే సమస్త నామరూప ప్రపంచమూ, భగవంతుని కంటె అన్యమైనది కాదని, పై దృష్టాంతాలవల్ల సులువుగా గ్రహించుకోవచ్చు.

“ఏకమేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ”. “బ్రహ్మ సత్యం జగన్నిధ్య”. “మాయామాత్ర మిదం ద్వైతమద్వైతం పరమార్థతః”- ఇలాంటి మహావాక్యాలన్నో వేదాంత కాస్త్రాలలో చెప్పబడి, అద్వైత మహత్తర తత్వాన్ని ప్రకటిస్తున్నాయి. ద్వైత భూయిష్టమిద్యః భ్రాంతివి పోగొట్టు కోండని మానవుల్ని హెచ్చరిస్తూ, సర్వమూ బ్రహ్మస్వరూపమేననీ, బ్రహ్మైతరమేదీ లేనేలేదనీ, శంకర భగవత్పాదులు చమత్కారంగా ఈ శ్లోకంలో ఇలా చెబుతారు :

సద్రూపాకార్యం సకలం సదేవ  
సన్మాత్ర యేతన్న తతోన్యదస్తి  
అస్తీతి యోవక్తిన తన్యమోహో

వివిర్గతో నిద్రితవత్ప్ర జల్పః॥ (వి. చూ. 232)

అంటే, ఈ సర్వజగత్తూ సద్రూపమైన బ్రహ్మంలోంచి ఉద్భవిస్తూన్న బ్రహ్మస్వరూపమే కాని బ్రహ్మైతరం కాదు. అజ్ఞానంలో ఉండటంవల్ల,

అదంతా బ్రహ్మం కంటే వేరైనదని ఎవరైనా అంటే, ఆ మాటలు విడ్రలో నున్నవాని పరివరింతలలాంటి వాతాయి.

ద్వైతమంతా బాహ్యం. అది వట్టి మానసిక సృష్టి. అంటే మనస్సులోంచి ఇంద్రియాల ద్వారా వెలువడే మిథ్యాస్వరూపం. సర్వ దుఃఖాలకీ అనర్థాలకీ మూలం. అద్వైతం అంతరాంతరం. హృదయ కుహరంలో దాగి ఉండే సత్యస్వరూపం. ఇంద్రియాలకీ, మనస్సుకీ, అహంకారానికీ కూడా అందని అతీతమైన చైతన్యనుభవం.

అసలీ మనస్సనబడేది ఎక్కడుంది? మనలో సతతమూ జనిస్తూండే సంకల్ప వికల్పాల ప్రవంతికే మనస్సనే నామకరణం చేశారు. ఎప్పుడైతే మన సహజ ప్రకాంత గంభీరమైన అద్వైతానంద స్థితిలో చ్యుతి ఏర్పడుతుందో, అప్పుడు అహంకారోత్పత్తియై, అనేక ద్వైత తరంగాలు పైకి లేస్తాయి. శరీరం, ప్రపంచం, పంచభూతాలు మొదలైన ద్వైత దృశ్య మిథ్యాకృతాలు యదార్థాలుగా గోచరిస్తాయి. ఎప్పుడైతే శరీరంతో కాదాత్మ్యం వల్ల, దేహాత్మభావం కలుగుతుందో, అప్పుడు ఇతర శరీరాదులతో నిండిన ద్వైతమయ జగత్తంతా ఉన్నట్లు గోచరిస్తుంది. ద్వైతమంతా దుఃఖభూయిష్టమే. మన సహజ స్వరూపమైన అద్వైత మహదానంద సామ్రాజ్యంలోంచి, మిథ్యాస్వరూపమైన ద్వైతారణ్యంలో ప్రవేశించడమే మహాదుఃఖం, అలా ప్రవేశించి, సతతమూ, మిథ్యాస్వరూపాలైన బాహ్య విషయాల ద్వారా ఆ అనందాన్ని పొందుదామనే అజ్ఞానపు ఆకాంక్షతో, బుద్ధిహీనత్వం కలిగి, రాగద్వేషాదులతో మనుగడ సాగించడమే జీవత్వం. అంతర్యంలోని తన సహజ స్వరూప అద్వైత అఖండానంద ఘనివి వదలి, బహిష్కృతుడై, మిథ్యాస్వరూపాలైన విషయాలని గురించే సతతము చింతిస్తూండే మనోమయుడై, అలా ద్వైతంలో చిక్కుకున్నవానినే జీవుడంటారు. కించిజ్జత్వంతో రాగద్వేషాదులకు అధీనుడై, జ్ఞానవిహీనుడై మనుగడ సాగించేవాడే జీవుడు,

ఈ ద్వైతభావ సంకటం ఏ విధంగా ఒదిలిపోతుంది? అద్వైతమకరందం తిరిగి ఎలా సంప్రాప్తిస్తుంది?

వివేక వైరాగ్యాలవల్ల, నిరంతర విజస్వరూప ధ్యానానుష్ఠానం వల్ల, అజ్ఞానం నశించి, ద్వైతమంతా మిథ్యాస్వరూపమనే అద్వైత జ్ఞానం కలుగుతుంది. ద్వైతభూయిష్టమైన ప్రపంచం యొక్క మిథ్యా స్వరూపాన్ని ఎరగడమే అసలైన ఆధ్యాత్మికం. గోచరించే ద్వైతమయ జగత్తంతా స్వప్నలాంటి మిథ్యాస్వరూపమని నమ్మకం కుదిరిననాదే యదార్థమైన ఆధ్యాత్మికమవుతుంది. అసలైన వివేకమవుతుంది. అలాంటి మహా నీయుడు ఈ మిథ్యాప్రపంచంలోని లౌకిక కార్యకలాపాల్లో తలదూర్చు దానికి ఎంతమాత్రం ఇష్టపడడు. మిథ్యాస్వరూపాలైన ప్రాపంచిక విషయాల జోలికి పోనివాడే ప్రపంచం యొక్క మిథ్యత్వాన్ని నమ్మినవాడౌ తాడు. మిథ్యాస్వరూపమంటే యదార్థంగా లేనటువంటి దాన్ని ఉన్నట్లు తోపింపచేసే అపోహ. ఈ అపోహనే మిథ్యాజ్ఞాన మంటారు. మిథ్యా జ్ఞానమంతా మనోనృప్తి. మనస్సుంటే సంకల్ప వికల్పాలు. వీటివల్లే ద్వైతదృశ్యమానమైన మిథ్యాప్రాపంచిక ప్రవృత్తి కలిగడం. ఈ అసత్యపు ప్రవృత్తిని నిరోధిస్తేనే, పరమార్థద్వైత శుద్ధచైతన్యం, ప్రళంభతతో, నిత్యానందంగా, దానంతట అదే మన సహజ స్వరూపమై భాసిస్తుంది. అది అవదులులేని అనంతమై ఎప్పుడూ ఉన్నదే. విత్యనత్యాత్మ చైతన్యస్వరూపం. ఈ యదార్థ గ్రాహ్యమే అసలైన ఆధ్యాత్మికం. ఈ గ్రాహ్యమే ఎరుక (Self-Consciousness) అనబడుతుంది. ఇది అన్ని విషయాలకీ, విచారాలకీ స్వస్తి చెబుతుంది. ప్రాపంచిక మిథ్యాజ్ఞానం నుంచి, అంటే తెలియదే ద్వైతజాతాలన్నింటి నుంచీ, విముక్తి కలిగి నప్పుడే, ఈ పరమార్థ స్థితి ప్రాప్తిస్తుంది. ఇదే మన సర్వవేదాంత సిద్ధాంతసారమైన అద్వైత మకరందం.

# చైతన్య మహావైభవం

మానవుని సంసార జీవితం ఉప్పొంగే వరదలో ప్రవహించి పోతుండే నది లాంటిదని, తత్త్వవేత్తలు వర్ణిస్తుంటారు. అనేక సంఘటనలతో, ఒడుదుడుకులతో, ఆందోళనలతో, భయదుఃఖాలతో సాగిపోతుండే ఈ జీవిత మహాప్రవాహంలో, పాత విషయాల పరిణామాలు, క్రొత్త విషయాల సుఖ దుఃఖానుభవాలు, రాగద్వేషాదులతో నిత్యం తటస్థ వడుతుంటాయి. అన్ని క్లేశాలకీ, దుఃఖాలకీ మూలకారణం; ఇష్టమైనది దొరక్కపోవడం, అయిష్టమైనది సంప్రాప్తించడం. ఇలా అనుభవిస్తున్న వాటితో యదార్థమైన దుఃఖాలు, క్లేశాలు బహు తక్కువగానే ఉంటూ, మిగతావన్నీ వాస్తవానికి దూరాలైన ఊహాప్రపంచానికి చెందినవేనని అనుభవం వల్ల తెలుస్తూనే ఉంటుంది. శరీరేంద్రియాలతో కూడిన ఈ జీవితం ఇలా నిత్యం జాగ్రత్ స్వప్నావస్థల్లో అనుభవింపబడుతుంటుంది. సుషుప్తావస్థ అనబడే గర్భవిద్రోహ ఈ జీవితానుభవాలేవీ లేనివారై, కొంచెంనేపు ప్రకాంతంగా ఎర్రబడిస్తారు.

ఈ సుఖ దుఃఖాలు, వాదలు, భయాలు, నిజంగా మనిషికి స్వభావికమైన అనుభవాలా? లేక తన స్వభావానికి అన్యమైన ఆధ్యాసవల్ల ఇవి కలుగుతున్నాయా? అనేది ముఖ్యంశం. ఈ కీలకమైన విషయాన్ని వేదాంత శాస్త్రాలు ఎంతో విపులంగా, విస్పష్టంగా, సందేహరహితంగా విశదపరుస్తున్నాయి. శంకర భగవత్పాదులు ఉపదేశ సాహస్రిలో శిష్యునకీ విషయాన్ని బోధిస్తూ, జాగ్రత్ స్వప్నావస్థలలో తనచే అనుభవింపబడుతున్న సుఖదుఃఖ రాగద్వేషాదులతో కూడిన విషయాలన్నింటికీ కారణం అవిద్య అనీ, యదార్థంగా ఆ అవస్థలలోని సుఖదుఃఖాల అనుభవాలు మానవుని నిజ స్వభావానికి చెందినవి ఎంత మాత్రం కాదని వివ

రిస్తాడు. అవిద్య అంటే ముఖ్యంగా దేహమే నేను అనుకునే అసత్యమైన భ్రాంతి భావం. జాగ్రదావస్థలో గోచరించే శరీరం, బాహ్యప్రవృత్తి, ప్రపంచం అన్నీ మావసరక సృష్టియేగాని యదార్థంగా అవేరీ లేవివేసనీ, అవన్నీ స్వప్నంలాంటివేసనీ శంకర భగవత్పాదులు వ్యక్తపరిచారు. అలాంటి వాటిని యదార్థాలుగా భావించడమే అవిద్య. ఈ అవిద్యవల్లే జనన, జరా, మరణ రూప సంసారమనే అసత్యమైన అనుభవ ప్రవృత్తి కలగడం. ఈ అవిద్యను పోగొట్టుకుంటే, సంసారపరమైన సుఖ దుఃఖ దురేవీ అనుభవించబడవనీ, వాటి యదార్థ జ్ఞానం కలగడంవల్ల, అవన్నీ వట్టి భ్రాంతి భావాలుగా అవగాహన అవుతుందని వేదాంత శాస్త్రీలు వ్యక్తపరుస్తున్నాయి.

ఏది అవిద్యయో, దాని ఆశ్రయమేదో, ఏ విద్యా మహిమవల్ల, స్వస్వరూప జ్ఞానం ఉదయించి, దుఃఖరాహిత్యం కలుగుతుందో, విద్యా విద్యల స్వభావాలేవో వాటిని శంకర భగవత్పాదులు ఉపదేశ సాహస్రంలో ఎంత విశిష్టంగా వివరించారో గమనార్హం :-

“త్వం పరమాత్మానం సత్తమ్ అనంసారిణం సంసార్య  
హమస్మీతి విపరీతం ప్రతిపద్యసే; అగర్తారం సత్తం  
కర్తేతి; ఆభోక్తారం సత్తం బోక్తేతి; విద్యమానం చా  
విద్య మానమితి, ఇయమవిద్యా” (ఉ॥ సా॥)

అంటే, దేనివల్ల స్వయంగా తాను పరమాత్మ అయి వుండి, పరిచ్ఛిన్నుడనవి, అనంసారి అయి వుండి సంసారి నవి, అకర్త అయి వుండి కర్తనవి, అభోక్త అయి వుండి బోక్తనవి, ముక్తుడై వుండి జీవుడనవి భ్రమవడి పోతున్నాడో అదే అవిద్య. ఈ అవిద్య తన యదార్థ నచ్చిదావంద స్వరూపాన్ని కప్పిపుచ్చి, తనవి అన్యవిగా తోపిస్తూ తన స్వరూపాన్నే ఆనరించి ఉంది.

ఒక వస్తువును మరియొక వస్తువని భ్రమించిపోవడమే అవిద్య. ఈ అవిద్య వల్లనే వికార, నిర్గుణ, నిర్మల, చైతన్య స్వభావుడైన తనదుండు అహంకారం అవిర్భవించడం, శరీరేంద్రియ ప్రపంచాదుల ఆరోపణ కలగడం, జరుగుచున్నది. దేహమే తాననుకొనుచు, బుద్ధిం ద్రియ మనోవ్యాపారాదులన్నీ తనవేనని భావిస్తూ, మనుగడ సాగించే జీవుణ్ణి అవిద్యామయుడంటారు. అంటే, తన విజన్యరూపం యేదో ఎరు గని అందుడని అనడం. ఈ అహంకారం, అంధత్వం తనకి స్వాభావిక మైనవి ఎంతమాత్రం కాదని, ఇవి కేవలం భ్రమ కల్పితాలేనని మన వేదాంత శాస్త్రీలు విపులంగా విశదపరుస్తున్నాయి.

గోచరించే శరీర ప్రపంచాదులన్నీ అనద్రూపాలే. ఉన్నదంతా మహత్తరమై ప్రకాశించే బ్రహ్మస్వరూప చైతన్య మొక్కటే. ఇదే పరమోత్కృష్టమైన అద్వైత సిద్ధాంతసారం. అనంతము, నిశ్చలము, నిర్వికారము అయిన ఆ పరబ్రహ్మ స్వరూపాన్ని నిస్తరంగ సము ద్రంతో పోలిస్తాడు. అలా వర్ణించబడే ఆ పరబ్రహ్మ సాగరంలో ఒక బుడగలా అహంకారమనే మిథ్యాభాసం స్ఫురిస్తుంది. దానివల్లనే శరీర ప్రపంచాదుల భ్రమ సంభవిస్తున్నది. ఈ భ్రమనే మనోకల్పితమని, మానసిక రచన అని తాత్వికులంటారు. ఇలా అహంకారం వల్ల పరిమి తత్వ భావంతో జీవభ్రాంతి కలిగిన మనిషి ఇచ్చాద్వేషాలనే ద్వంద్వాలలో చిక్కుకోవడం సంభవిస్తున్నది.

యోగవాజిష్ఠంలో శ్రీరామచంద్రునకు వశిష్ట మహర్షి తత్వ జ్ఞానాన్ని గురించి బోధిస్తూ, జీవుడై భాసిస్తున్న ఈ పరిమితత్వపు చైతన్యాన్ని ఇలా వివరించారు :

ప్రాక్షనం గుణసంభారం మమేతి బహుమన్యతే

యత్తుచిత్తవ తత్త్వజ్ఞం దుఃఖితం జీవ ఉచ్యతే ॥ (112-113)

అంటే, అనాదినుంచి కలిగిన ఆధ్యాసవల్ల దేహేంద్రియాది సమస్త విషయ జాతాలూ తనవేనని అభిమానం కలిగినదై, యదార్థమైన తత్వ జ్ఞానం లేకపోవడం వల్ల దుఃఖపరమైనదై వున్న చిత్తమేది కలిదో అదే జీవుడని చెప్పబడుచున్నది.

చిత్తం, శరీరం, ప్రపంచాదులు ఇవేవీ యదార్థంగా లేవివే. ఉన్నదంతా మహత్తరమై ప్రకాశిస్తున్న ఒక్క బ్రహ్మం (పరమాత్మ) మాత్రమే. అది సర్వగతమై, అంతటా నిండి వున్న సత్యస్వరూపం. ఇంద్రియాలకి గోచరించే శరీర ప్రపంచాదులన్నీ అనద్రూపాలు. ఇవన్నీ ఎలా గోచరిస్తూ యదార్థంగా మనిషిని ఏ విధంగా భ్రమింపజేస్తున్నాయో, ఆధ్యాత్మికంగా ఆవగాహన చేసుకోవడమే మనుష్యులమై పుట్టినందుకు మనయొక్క ఉత్కృష్ట కర్తవ్యం. ఇలా తెలుసుకునేందుకు ప్రాణాయామం, తత్వజ్ఞానం, మనోనిగ్రహం, అసంసక్తి మొదలైన సాధనాలని వేదాంతశాస్త్రాలు వివరించాయి. వీటివల్లే ఆ మహత్తర తత్వం ప్రకటితమై మన నిజస్వరూపంగా భాసిస్తుంది. ఇవన్నీ ఏకాంతంగా అంతర్గతంగా ఎవరికి వారు చేసుకోవలసిన సాధనలు. ఈ సాధనల వల్ల అంతర్బుద్ధి స్థిరపడి స్వస్వరూప జ్ఞానం కలుగుతుంది. దుఃఖప్రథమైన దృశ్యజాతమంతా అంతరించి పోతుంది. దుఃఖరహిత నిరతికయా నందమైన ఆత్మ మాత్రమే శేషించినదై మన నిజస్వరూపంగా భాసిస్తుంది. అదెప్పుడూ సద్రూపమే. సర్వత్రా వెలిగిపోతూ ఉంటూన్నదే. దానికి రాకపోకలనేవి ఎక్కడ? ఎల్లప్పుడూ, అంతటా ఉండేదంతా ఆత్మస్వరూప మొక్కటే. దానికంటే అన్యంగా, ఎప్పుడూ, ఎక్కడా ఏదీ లేనేలేదు. అలాంటి సర్వస్వభావ స్థితి కలిగిన ఆత్మానుభవమే మన యదార్థ స్వరూపం. ఆ చైతన్యమే మనలో నేను నేనని భాసిస్తూ, సర్వానికి విలక్షణమై, కేవలం సాక్షి మాత్రంగా భాసిందే మన నిజ స్వరూపం.

పరిశుద్ధ చైతన్య స్వరూపమైన ఈ బ్రహ్మ స్వరూపం ముండకో పనిషత్తులో ఇలా వివరించబడింది :

బ్రహ్మైవేద మమృతం పురస్తాద్ బ్రహ్మ  
పశ్చాద్ బ్రహ్మ దక్షిణ తశ్చోత్తరేణ  
అధశ్చోర్ధ్వం చ ప్రసృతం  
బ్రహ్మైవేదం విశ్వమిదం పరిష్కం ॥

ఉన్నదంతా, అంతటా ఎల్లప్పుడూ ఉంటున్న అమరత్వమైన బ్రహ్మ స్వరూపమే. తూర్పు, పశ్చిమాలంతా, ఉత్తర, దక్షిణాలంతా సర్వకాలాల్లో బ్రహ్మమే సర్వవ్యాప్తమై ఉజ్జ్వలంగా ప్రకాశిస్తూ ఉన్నది. యదార్థంగా ఈ జగత్తంతా సర్వోత్కృష్టమైన ఆ బ్రహ్మ స్వరూపమే.

మన యదార్థ స్వరూపమైన ఈ బ్రహ్మ స్వరూపస్థితి మనకు ఎలా సంప్రాప్తమౌతుంది? ఇది ప్రయత్న సాధ్యం కాకపోవడం వల్ల. దీనికోసం ప్రయత్నించడమనేది సంతపం కాదని శంకర భగవత్పాదులు విశదపరిచాడు. ఎందుచేతనంటే మనమే ఆ చైతన్యానందమైన బ్రహ్మ స్వరూపులమైనందున ఇక మనం ప్రయత్నించడానికి ఆ బ్రహ్మస్వరూపం వేరే ఎక్కడుంటుంది? నాచుతో కప్పబడి వున్న చెడువులోని నీటిని కోరేవాడు ఆ నాచును తొలగిస్తే, స్వచ్ఛమైన మంచినీళ్లు ప్రాప్తిస్తాయి. అలాగే ఇంద్రియాలకు గోచరించే అవిద్యా పరికల్పితమైన నామరూపాలన్నింటినీ మిథ్యాస్వరూపాలని ఉపేక్షిస్తే, తానే స్వతఃస్సిద్ధమైన బ్రహ్మ స్వరూపుడుగా భాసిస్తూంటాడు. అప్పుడు చిత్తం విషయ రాహిత్యాన్ని పొంది, చైతన్య స్వరూపమైన మహదానంద సముద్రంతో ఏకమౌతుంది. ఇక సంసార భయదుఃఖాలేవీ దరికిరావు. వాటినుండి విముక్తి కలిగి, ఎప్పుడూ ఆ చైతన్య మహావైభవంలోనే స్థిరత్వం పొందుతాడు. ఇలాంటి మహాపురుషుణ్ణి గురించి వివరిస్తూ ముండకోపనిషత్తులో ఇలా చెప్పబడింది :



యదా పశ్యః పశ్యతే దుక్ఖవర్జం  
కర్తార మీశం పురుషం బ్రహ్మయోనిం  
తదా విద్వాన్ పుణ్యపాపే విదూయ  
నిరంజనః పరమం సామ్యము పైతి ॥

అంటే, స్వయంజ్యోతి స్వరూపమై బ్రహ్మకంటె కూడా అదియై, సర్వ జగత్తుకూ ఆధారమై ఈశ్వరుడైన ఆ పరమాత్మను ఎవరు సాక్షాత్కరించుకుంటారో, అలాంటి విద్వరీపులైన మహనీయులు, పుణ్యపాపాలకు అతీతులైన నిరంజనము, మహావైభవోపేతము, సర్వోత్కృష్టము అయిన ఏకత్వాన్ని పొందుతారు. సమస్తమూ తామే అయి భాసిస్తారు. స్వప్నసమానమైన ద్వైత భావమంతా సమసిపోయి, అద్వైత చైతన్య మహానంద వైభవంతో విలసిల్లుతారు.

అజ్ఞానాన్ని నశింపజేసే ఈ పరతత్వాన్ని యోగవాళిష్టంలో శుక్రాచార్యుడు ఐటివక్రవర్తికి సూక్ష్మంగా ఇలా బోధిస్తాడు :

చిదిహస్తి హి చిన్మాత్రమిదం చిన్మయమేవ చ  
చిత్త్వం చిదహమేతే చ లోకాభిదితి సంగ్రహః ॥

ప్రపంచమంతా చైతన్యమే. చైతన్యమయమైన ఈ జగత్తంతా కేవలం చైతన్యం మాత్రమే. ఇదంతా చైతన్యమే అయి వుంది. నీవూ నేనూ చైతన్య స్వరూపులమే. చిద్రూపులం. ఈ భువన భండారములన్నీ చిద్రూపములే. సమస్త ప్రబోధాల యొక్క సారాంశం ఇదే.

చిచ్ఛేత్య కలనా బద్ధస్తస్మక్తిర్ముక్తి రుచ్యతే  
చిద చేత్వాఖిలాత్మేతి సర్వసిద్ధాంత సంగ్రహః ॥

చైతన్యము యొక్క భ్రాంతిజనితమైన విషయ కల్పనయే బంధము. ఆ భ్రాంతి కల్పనా రాహిత్యమే మోక్షము. విషయరహితమైన చైతన్యమే పరమాత్మ. సమస్త వేదాంత సిద్ధాంతసార సంగ్రహం ఇదే.

# జ్ఞానాభ్యాసం

అందరికీ ఆత్మ సుపరిచితమైనదే. ఆత్మ మనకు తెలియని క్షణము లేదు. ప్రతి వ్యక్తి సతతమూ ఆత్మాను నందానుడే అయి వున్నాడు. ఆత్మ విత్యసత్యమైన మన సహజ స్వరూపమే. తాను ఆత్మ స్వరూపుడే అయి వుండగా, ఆత్మాను పొందడమనే ప్రసక్తి ఎలా ఉత్పన్న మౌతుంది? భగవంతుడెవరో సాక్షాత్కరించుకోవలసిన వాడని అపోహపడుతూంటారు- భగవంతు డొకడూ, భగవంతుని పొందేవాడు మరొకడూ అనుకుంటూ, అనాత్మలైన అహంకార, శరీర, ప్రపంచాదుల యొక్క మిథ్యత్వాన్ని విచారణ ద్వారా శోధించి, వాటిని విసర్జించడమే ఆత్మానుభవానికి సరియైన సాధన- అదే జ్ఞానాభ్యాసం - ఆత్మవిద్య.

జ్ఞానాభ్యాసమనే ఆత్మ విద్య అత్యంత సులభమైనది. సాధన సాధ్యమైనది. ఈ విషయం విద్యాబుద్ధులు కలిగిన వారంతా దృఢమైన విశ్వాసంతో గ్రహించుకోవాలి. అది సులువుగా సాధన సాధ్యమైనది కాదనీ, అత్యంత కష్టతరమైనదనీ, వివేకహీనులైన నకిలీ స్వాములు, కుహనా గురువులు, ప్రచారాలు చేస్తూంటారు. స్వార్థపరత్వంతో అమాయక ప్రజలలో దానిని గురించి అపోహలు, అనాదరణా కలిగేలా చేస్తూంటారు. వీటి పరిణామం వల్లనే, ఆత్మ జ్ఞానానికి విలక్షణమైన అనేకానేక బాహ్యభౌతిక కార్యక్రమాలు ఆధ్యాత్మిక సాధనలుగా, భగవత్ కార్యక్రమాలుగా అమలులోకి వచ్చాయి. వాటివల్ల అనలైన ఆధ్యాత్మికానికి, అభౌతికమైన భగవత్తత్వానికి ప్రజలు దూరమై పోయారు. వారిలోని మూఢత్వం నానాటికీ పెరిగిపోతున్నది.

తానీ శరీరాన్ని కాననీ, తాను యదార్థంగా ఆత్మ స్వరూపుడననీ దృఢమైన విశ్వాసాన్ని పెంపొందించుకొనడమే జ్ఞానాభ్యాసం. శరీరం

తాను అనుకొనుచూ భాసించే అహమిక వట్టి కృత్రిమమైన భ్రాంతి భావమని విచారణవల్ల సులువుగా గ్రహించుకోవచ్చు. జాగ్రదావస్థలో భాసిస్తూన్న శరీరం, బాహ్యప్రవృత్తి, ప్రపంచం- ఇవన్నీ మానసిక సృష్టియేనని నిరంతర ఆధ్యాత్మిక విచారణ వల్ల తప్పక అవగాహన అవుతుంది. యదార్థంగా అవేసీ లేనివేనని విదితమౌతుంది. అవన్నీ స్వప్నగోచరాలంటివేనని కనువిప్పవుతుంది. జాగ్రదావస్థ అనబడే ఈ అనత్యాలవలయాన్ని- అంటే, ఈ మానసిక కల్పనను- విచారణ ద్వారా నిర్ధారణ చేసుకోవడమే సర్వోత్కృష్టమైన జ్ఞానాభ్యాస సాధన.

జాగ్రదావస్థలో - అహంకార ప్రాదుర్భావం వల్ల - మనస్సు దేహాన్ని కల్పిస్తుంది. అలా కల్పించబడిన శరీరంతో తాదాత్మ్యం కలిగి - “నేనీ దేహాన్ని” అనుకునే- దేహాత్మ భ్రమ కలగడం, శరీరం తనని అంటిపెట్టుకుని వున్న శరీరధారునిలా విశ్వసించడం జరుగుతుంది. ఇలా దేహాత్మ భావం కలగడంతో, దేహానికి సంబంధించిన జరామరణాలు, జ్ఞాతిపాసలు, శోకమోహాలు ఇత్యాదులన్నీ తనవే (ఆత్మవే) ననే దట్టమైన అజ్ఞానాంధకారం ఆవహిస్తుంది. తనను దేహస్వరూపునిగా భావించుకుంటాడు. ఆత్మకు భిన్నమైన వానినిగా భ్రమించిపోతాడు. ఇదంతా వట్టి మనోమయ కల్పనయేగాని యదార్థం కాదని, వేదాంత శాస్త్రాలు విస్పష్టంగా విశదపరుస్తున్నాయి. యదార్థ విచారణవల్ల శరీర ప్రపంచాదులన్నీ ఆత్మయందు కల్పించబడిన మిథ్యాస్వరూపాలు తప్ప వాస్తవాలు కావని స్పష్టంగా గ్రహ్యమౌతుంది.

శరీరానికి స్వతంత్రమైన సత్తాస్ఫూర్తులు ఎలా ఉండగలవు? అదీ వట్టి జడపదార్థ నిర్మాణం. అవయవాల సముదాయం. తానీ దేహాన్నని శరీరానికి తెలియదు కదా! ప్రపంచంలో గోచరించే ఏ పదార్థం కూడా తానా పదార్థాన్నని తెలుసుకోగలదా? శరీరం కూడా అలాంటిదే. వీటి నన్నింటినీ తెలుసుకునేది అహమిక - అహంకారం. అది ఆత్మకీ చెంది

నది కాదు. శరీరానికి సంబంధించినది కాదు. అది ఒక కృత్రిమమైన “నేను” అనుకునే భ్రాంతి భావం. దానినే అహంకరణ అంటారు. మనకి కలిగే జాగ్రదావస్థలో ఈ అహంకరణ ఉద్భవించి తనని దేహానికి పరిమితం చేసుకుంటుంది. దేహాత్మభావం పొడసూపడంతో- మనస్సు, ఇంద్రియాలు, ప్రపంచం గోచరిస్తాయి. వాటికి సంబంధించిన భ్రాంతి భావాలలో చిక్కుకుంటాము. మన సహజ స్వభావ శుద్ధ చైతన్యమైన ఆత్మ మరుగై పోతుంది.

అహంకారోత్పత్తి వల్లనే మానసిక సృష్టి జరుగుతోందని విచారణ ద్వారా సులువుగా గ్రహించుకోవచ్చు. అహంకార మన్నా, జీవత్వ మన్నా ఒక్కటే. జీవుడే అహంకారి. బుద్ధి ప్రమాదంవల్ల ఆత్మ స్వరూపమే ఉపాధివి కల్పించుకుని, జీవునిగా భాసిస్తున్నదని శంకర భగవత్పాదులు వివేక చూడామణిలో ఇలా విశదపరిచారు :

స్వస్యద్రష్టుర్ని ర్గుణస్యా క్రియస్య  
ప్రత్యగ్భేదానన్త రూపస్య బుద్ధేః ।  
భ్రాన్త్యా ప్రాప్తో జీవభావో ననత్వో  
మోహోపాయే నాన్త్యవస్తు స్వభావాత్ ॥ (వి.చూ. 198)

అంటే- సర్వసాక్షి, స్వయం ప్రకాశము, విర్గుణము, నిష్క్రియము, ప్రత్యద్భేదానంద స్వరూపము, అయిన ఆత్మ, బుద్ధి ప్రమాదం (Intellectual Perversion) వల్ల అన్ని జీవభావములతో, వికారాదులతో జీవునిగా భ్రమిస్తున్నది గాని, అది యదార్థం కాదు. ఈ బుద్ధిప్రమాదం పోగొట్టుకున్న వెంటనే, జీవభ్రాంతి తొలగిపోతుంది.

ఆత్మతత్వ విచారమే జ్ఞానాభ్యాసం. ఈ తత్వవిచారం వల్ల నానాత్వ భేదాలతో గోచరించే- ప్రపంచ భ్రాంతి నశిసిపోతుంది. బాహ్య ప్రవృత్తి అంతా ప్రక్కకు నెట్టివేయబడుతుంది. తన విజస్వభావమైన

శుద్ధచైతన్యం (ఆత్మ) ప్రకటితమౌతుంది. దానిని స్థిరపరచుటంచే- ఇక మనస్సు తల ఎత్తదు. జగత్తు గోచరించదు. అనిద్యా నిలయమైన మిథ్యాస్వరూపమంతా అంతరించడం, ఏకైక ఆత్మానుభూతిలో తన్మయత్వం పొందడం సంప్రాప్తిస్తుంది. ఆత్మానుభవం అఖండానంద నిలయం. ఆనందమే ఆత్మ. అది వర్ణనాతీతం. ఆత్మకు శరీర ప్రపంచాదులైన అనాత్మ వదార్థాల మీద “నేను, నాది” అనే ఆధ్యాస తొలగిపోతేనే అది సంప్రాప్తిస్తుంది.

రక్తం, మాంసం, అస్థి (ఎముకలు) మొదలైన జడపదార్థ సమూహమైన ఈ శరీరమనే అస్థిపంజరాన్ని “నేను” కాననీ, దానికంటే వేరై చేతన స్వభావుడినైన నేను ఎవరినని స్వయంగా చిత్తశుద్ధితో విచారణ కొనసాగించాలి. కాలి బొటనవ్రేలి నుంచి శిరస్సు వరకూ ఈ శరీరంలోని ప్రతి భాగమునూ తరచి తరచి విచారిస్తే, “నేను” అనేది ఎక్కడా లభించదు. అలాంటప్పుడు ఈ “నేను” ఎవడు? నామరూపాలన్నీ శరీరావివి. ఈ “నేను” అనేది యదార్థంగా నామరూపాలు లేని చైతన్యమే. అది శరీరమందున్న మాంసము కాని, రక్తము కాని, ఎముకలు కాని, ప్రాణవాయువులు కాని కాదు. అవన్నీ జడపదార్థాలు. అని త్యమై అంతమయ్యేవి. జరామరణాద్యవస్థలన్నీ శరీరానికి చెందినవే. కనుక, శరీరం మనల్ని వదలుటకు ముందే, మనం దానిని వివేచనద్వారా వదలిపెట్టాలి; దేహాత్మభావాన్ని ఒదుల్చుకోవాలి.

యదార్థంగా విచారిస్తే “నేను నేన”ని భాసించేది మనస్సు కాదు. చిత్తము కాదు. అహంకారమూ కాదు. అది దేనిచేతను అంటుందని కేవలము సాక్షిరూప ప్రకాశమైన శుద్ధాత్మ స్వరూపము. అదే మన విజస్వరూపంగా విరంతర విచారణ వల్ల విద్వారణ చేసుకోవలసిన జ్ఞానాభ్యాసం. అలా చేస్తే వివేకదృష్టి కలుగుతుంది. ప్రపంచమంతా దైవమై భాసిస్తుంది. దీనినే “దృష్టిం జ్ఞాన మయీం కృత్వా- వశ్యేత్ బ్రహ్మ

మయం జగత్" అన్నారు. ఈ పరమాద్వైత సత్యానుభవమే సాధించ వలసిన లక్ష్యం.

ఉన్నది ఆత్మస్వరూప మొక్కటే. వేరు వస్తువు లేదు. "ఏక మేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ" గోచరించే నానాత్వమంతా ఆత్మ యొక్క మిథ్యాభాసమే- ఆత్మకంటె అన్యమైనది కాదు. ఈ పరమాద్వైత సత్యాన్ని "సర్వవేదాంత సిద్ధాంతసార సంగ్రహం"లో శంకర భగవత్పాదులు శిష్యుని కీ విధంగా వివరించారు :

యద్యద్బ్రహ్మం బ్రాహ్మికుత్యా స్వదృష్ట్యా  
తత్తత్సమ్యక్ గ్యస్తు దృష్ట్యా త్వమేవ  
తత్తోఽనన్య ద్వస్తుకించిత్తు లోకే  
అస్మా ద్భీతిస్తే భవేదద్వ యన్య ॥

అంటే, స్వప్నావస్థలో గోచరించే అనేకానేక దృశ్యజాతములన్నీ- ఆ కలను కంటూన్న వాచికంటె వేరెక్కడా లేవు కదా! అలాగే, ఇతర కాలంలో కూడా- అంటే జాగ్రదావస్థలో- కనబడే శరీర ప్రపంచాదులన్నీ వానివి తెలుసుకుంటూన్న ద్రష్టకంటె (ఆత్మకంటె) భిన్నమైనవి కావు. ఆత్మకంటె అన్యమైన వస్తువేదీ ఏ అవస్థలోనూ యదార్థంగా లేనేలేదు. కనుక, (శిష్యా) అద్వితీయ పరబ్రహ్మ స్వరూపుడవైన నీవు భయపడ వలసిన దెంత మాత్రము లేదు.

గోచరించే దృశ్యాదులన్నీ స్వప్నతుల్యమైనవనీ, యదార్థంగా ఎప్పుడూ లేవివేననీ దృఢమైన నమ్మకం ఎప్పుడూ కలుగుతుందో, అప్పుడు పూర్ణమైన శాంతి కలుగుతుంది. చిత్తము, దేహాది దృశ్యాకారాలను వదలి, నిర్మలత్వం పొందుతుంది. విషయరహిత పరమ పవిత్రమైన చైతన్యానుభవం కలుగుతుంది. తాను కేవలం ఆత్మచైతన్య మాత్రమే. తనకు నాశనమెచట? మరణ మెచట? దేహాది ఉద్భవిస్తున్నవి. మరణిస్తున్నవి. వాటివి అనుభవిస్తున్న చైతన్యం మాత్రం ఎప్పుడూ అక్షయమై అలా ఉండిపోయేదే. విత్యసత్యాత్మ సర్వస్వరూపం.

# స న్యా స ం

కాషాయాంబరధాదులై కవిపించే సన్యాస వేషధారులలో ఎక్కడో అడుడుగా అనలై న సన్యాసి ఒకడుంటే ఉండవచ్చు. అది కూడా సందేహాస్పదమే. సంకల్ప వికల్పరహితుడై, దేహాత్మభావ వివర్జితడై న సన్యాస మహనీయుడు తారసిల్లడం అనంతవమే అవిపిస్తుంది.

తాను కాషాయాంబరధాదుడై దండకమండలాలు ధరించిన సన్యాసినని, సన్యాసాశ్రమం స్వీకరించిన ఏ వ్యక్తి అనుకుంటూంటాడో, ఆతడు సన్యాసి ఎంతమాత్రం కాడని తనని తానే విరూపించుకునేవాడు. తాను సన్యాసిననే తలంపు కలవాడు సన్యాసి ఎలా అవుతాడు? సన్యాసికి దేహాత్మభావం కాని, సంకల్ప వికల్పాలు కాని ఎలా ఉండగలవు? సంకల్ప వికల్ప విసర్జనమే సన్యాస పదార్థమని తగవన్ రమణ మహర్షి ప్రబోధాలతో స్పష్టం చేశారు.

విజయైన సన్యాసికి తన జీవచ్ఛరీరం మీద ఎంతమాత్రం అభిమానం ఉండదు. అవిద్యాకల్పిత మలమాంసాది పూర్ణమైన తన శరీరం మీద అభిమాన త్యాగం కలిగి వుండడమే విజయైన సన్యాసము. చిత్తం భాసిస్తున్నా, యదార్థమైన సన్యాసి సంకల్ప, వికల్ప, రూపవృత్తులు కలిగి వుండదు.

విజయైన సన్యాసి వాసనాత్రయ విముక్తుడు. దేహవాసన, రోక వాసన, శాస్త్రవాసన అనబడే వాసనాత్రయము వానికి లేకమైనా ఉండదు. ప్రపంచం యొక్క యదార్థ మిద్యాస్వరూపం మీద దృఢమైన నమ్మకం కలిగిన సన్యాసికి, అలాంటి విషయవాసనలు ఉండటం సంభవించదు. దృఢవికారకూన్మడై, ఎల్లప్పుడూ తన స్వస్వరూపమైన పరబ్రహ్మం

మీదే చిత్రాన్ని లయింపజేసి అనంద పరవశుడై ఉంటాడు. అలాంటి మహనీయుడు కాషాయాంబరాలు, దండ కమండలాలు ధరించినా, ధరించకపోయినా సన్యాసియే.

సన్యాసికి దేహాది దృశ్యవదార్థముల మీద ఎలాంటి ప్రీతి ఉండదు. అవన్నీ వట్టి మిథ్యాస్వరూపాలని సమ్మతం కలిగించుకుని, బాహ్య (ప్రాపంచిక) వదార్థముల భావనను త్యజించి వేయటమే అసలైన సన్యాసము. వాటియందు ప్రీతి గలిగి యున్నవాడు, కాషాయాంబరాలు ధరించి, దండకమండలాలు చేపట్టిన మాత్రాన, సన్యాసి ఎలా కాగలడు? సన్యాసవేషధారకు మాత్రమే అవుతాడు.

విషయరహిత విర్వాసనాదృష్టి కలిగిన గృహస్తు. అసలైన సన్యాసి అని భగవాన్ రమణ మహర్షి అంటారు. భగవాన్ రమణ మహర్షి ప్రవచనాలలో సన్యాసాన్ని గురించి ఎంతో విచక్షణంగా వివరించబడింది.

వ్యక్తిత్వ వివర్జనమే సన్యాసము. వ్యక్తిత్వమంటే జీవత్వము, కించిజ్జీవ్యము, గృహస్థాశ్రమంలో వుంటున్నా ఆధ్యాత్మిక సాధనవల్ల విజ్ఞానం కలిగి, దేహాత్మభావం నశించి, తాను యదార్థంగా గృహస్థుని కానని, ఏ మహనీయుడు తెలుసుకుంటాడో అతడు సన్యాసియే. కాషాయాంబరాలు, దండకమండలాలు దాల్చి, దేశసంచారం చేస్తూ, బిక్షలూ పాదపూజలూ స్వీకరిస్తూ, తాను సన్యాసి ననుకొనేవాడు సన్యాసి ఎంత మాత్రం అవడు. తన సన్యాస భావనే దాని వైఫల్యానికి కారణమౌతుంది.

తత్వజ్ఞానం, వాసనాక్షయం, మనోనాశనం సన్యాసి యొక్క ఐశ్వర్యాలు. అసలైన సన్యాసి త్యాజ్య, గ్రాహ్య (రాగ, ద్వేష) దృష్టుల్ని వదిలిపెట్టి, తత్సాక్షియై శేషించే ఆత్మలో ఎప్పుడూ స్థితి గలిగి ఉంటాడు.



సన్యాసాన్ని గురించి, సన్యాసి లక్షణాలను గూర్చి, వేదాంత శాస్త్రాలలో ఎలా వివరించబడిందో తెలుసుకోవలసిన విషయం. సర్వ వేదాంత సిద్ధాంతసార సంగ్రహంలో, శంకర భగవత్పాదులచే ఈవిధంగా చెప్పబడింది :

సవ్యవేత్ సువిరక్తస్సన్ ఇహముత్తార్థ తత్పథాత్ ।

అవిరక్తస్య సన్యాసో నిష్ఫలోఽ యజ్ఞయాగవత్ ॥

అంటే, ముముక్షువైన సన్యాసి, అకాశ్వతమైన సమస్త ప్రపంచ విషయ నుఖాల మీదా విరక్తుడై, విత్యనై మి త్రిక కర్మలు తప్ప, మిగతా కర్మల నన్నింటినీ త్యజించాలి. ప్రపంచ విషయాల మీద విరక్తిలేని వాని సన్యాసం, అర్హత లేనివాడు చేసిన యజ్ఞంలా నిష్ఫలమే అవుతుంది.

సన్న్యస్యతు యతిఃకుర్యాన్న పూర్వవిషయ స్మృతిమ్ ।

తాంతాం, తత్పరజే తస్య జగుప్సా జాయతే యతః ॥

అంటే, సన్యాసము స్వీకరించిన యతీశ్వరులు వారి పూర్వాశ్రమములో వి విషయాలను, బంధు జనులను, ఎంతమాత్రం చింతించకూడదు, స్మరించ కూడదు. అలా చేసేవాడే సన్యాసమునకు అర్హులు కారు. వారు చెడి పోయి లోకులచే నిందితులౌతారని శాస్త్రాలు తెలుపుతున్నాయి.

వేదాంత శాస్త్రాల్లో, కర్మలు చెయ్యడానికి ప్రేరేపించే ప్రవృత్తి మార్గము, కర్మలను త్యజించే నివృత్తి మార్గము చెప్పబడినాయి. ఈ రెండింటితో సన్యాసి తప్పక సర్వకర్మలను వదిత్యజించి, మనోవృత్తు లన్నీ నివర్తించుకొనుచూ, బాహ్యస్ఫురణను త్యజించుచూ, నిరంతరం అత్య స్వరూపాన్నే చింతిస్తూంటాడు. సన్యాసమునకు ముఖ్యాంగము సర్వవైషయిక చి త్తవృత్తి వరిత్యాగము.